

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
INSTITUTO DE GEOGRAFIA E ORDENAMENTO DO TERRITÓRIO



**UNIVERSIDADE  
DE LISBOA**

# O Uso do Tempo e do Espaço pelos Idosos da Ameixoeira

Daniel Paiva

Dissertação de Tese  
Mestrado em População, Sociedade e Território  
2013



UNIVERSIDADE DE LISBOA  
INSTITUTO DE GEOGRAFIA E ORDENAMENTO DO TERRITÓRIO



**UNIVERSIDADE  
DE LISBOA**

# O Uso do Tempo e do Espaço pelos Idosos da Ameixoeira

Daniel Paiva

Dissertação de Tese orientada pelo Professor Doutor Herculano Cachinho  
Mestrado em População, Sociedade e Território  
2013



## **Resumo**

Num contexto em que o envelhecimento populacional é uma realidade efetiva nas cidades europeias, importa estudar os quotidianos da população idosa de modo a perceber como podemos preparar a cidade do Século XXI para os desafios que esta mudança social apresenta.

Nesse sentido, este estudo teve como objetivo central detalhar o uso do espaço e do tempo dos idosos da Ameixoeira e identificar os principais constrangimentos que estão a impedir a qualidade de vida na idade idosa. Para tal, tomou-se como caso de estudo a freguesia da Ameixoeira, em Lisboa. Esta caracteriza-se por ser um espaço dual e fragmentado na periferia do município, sendo um caso paradigmático da organização espacial da cidade contemporânea.

Realizaram-se 25 diários semanais com idosos e 8 entrevistas em profundidade sobre o uso do tempo e do espaço, as atividades conduzidas e a ligação aos lugares da Ameixoeira. Realizou-se também observação direta por um período prolongado, durante o qual se empreenderam vários levantamentos sobre o espaço urbano e se procedeu ao registo fotográfico.

Os resultados do estudo ilustram como os idosos da Ameixoeira organizam o seu quotidiano, que atividades realizam, que espaços usam e em que alturas. Foi também possível identificar um conjunto de constrangimentos tempo-espaço que afetam a qualidade de vida dos idosos da Ameixoeira. As conclusões da investigação permitem compreender como os idosos gerem as suas espacialidades e temporalidades particulares num contexto sócio geográfico marcado pela fragmentação e hipermobilidade.

## **Palavras-chave**

Temporalidade, Espacialidade, Idosos; Curso da Vida; Constrangimentos Tempo-espaço

## **Abstract**

In a context where population aging is an effective reality in the European cities, it is important to study the everyday life of elderly people, in order to understand how we can prepare the 21<sup>st</sup> Century city for the challenges this social change presents.

In that sense, the main objective of this research was to detail the use of the space and time of the elderly of Ameixoeira and to identify the main constraints of space or time that are hindering the quality of life in old age. To reach these goals, the parish of Ameixoeira in Lisbon was taken as a case study. The parish is characteristic for being a dual and fragmented space on the periphery of the city, and it is a paradigmatic case of the spatial organization of the contemporary city.

There were conducted 25 weekly diaries with elders and 8 in-depth interviews about the use of time and space, the activities that were performed and the attachment to the places of Ameixoeira. We also conducted direct observation for an extended period, during which we undertook various surveys on the urban space and conducted photographic records.

The results of the study illustrate how the elderly of Ameixoeira organize their everyday life, which activities they perform, which spaces they use and at what times. It was also possible to identify a set of time-space constraints that affect the quality of life of the elderly in Ameixoeira. The research findings allow us to understand how the elderly manage their particular spatialities and temporalities in a socio-geographical context characterized by fragmentation and hypermobility.

## **Keywords**

Temporality; Spatiality; Elderly; Life Course; Time-space Constraints

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar, um agradecimento especial ao Professor Herculano Cachinho pela orientação, disponibilidade e atenção ao detalhe que foram fulcrais para que este estudo chegasse a bom porto;

à Professora Teresa Barata Salgueiro, ao Filipe e ao Pedro pelo apoio no projeto CHRONOTOPE;

à Marina, ao Leandro, à Ana, ao Anselmo, e à Bárbara por serem os melhores colegas de gabinete que se pode desejar;

ao António, ao Rafael, à Camila, ao Nuno e à Mónica pela companhia nestes dois anos de Mestrado;

ao André, à Maggie, à Inês, ao Pedro, ao Formiga e à Eunice, perdidos pela Europa;

ao Miguel, ao Ricardo, ao Igor, ao Pires, ao Zé e ao Óscar: nunca me esqueci de vocês;

ao Professor José Pedro Serra pela inspiração dada há tantos anos;

e, por último, um agradecimento muito especial aos meus pais, Teresa e José, aos meus irmãos, Paulo e Tá, por todo o apoio;

e à Daniela, por estar sempre presente para aconselhar, transmitir confiança e motivação.

# Índice

1. INTRODUÇÃO.....	10
2. PROCESSOS DE FLEXIBILIZAÇÃO E CONFLITOS ESPAÇO-TEMPO.....	18
2.1 - Processos de flexibilização societária.....	18
2.2 - Mudanças na organização social e espacial das cidades.....	23
2.3 – Mudanças na vivência urbana e conflitos de espaço e tempo .....	26
2.4 - Conclusão: as ameaças ao espaço-tempo urbano .....	33
3. O ENVELHECIMENTO DA POPULAÇÃO E A IDADE IDOSA HOJE.....	35
3.1 - Uma População Envelhecida .....	35
3.2 - O Curso da Vida Instituído.....	37
3.3 - O Curso da Vida Realizado.....	38
3.4 - O curso da vida na contemporaneidade .....	41
3.5 - O que é hoje a idade idosa?.....	42
3.6 - Como é vista a idade idosa hoje?.....	43
4. O IDOSO, A CIDADE E A QUALIDADE DE VIDA .....	45
4.1 – Envelhecimento e Bem-estar Subjetivo.....	45
4.2 - O papel da cidade no bem-estar do idoso: aspectos espaciais e temporais .....	48
5. O USO DO TEMPO E DO ESPAÇO PELOS IDOSOS DA AMEIXOEIRA .....	51
5.1. - Quadro Conceptual .....	51
5.1.1 - <i>O Uso do Tempo e Temporalidade</i> .....	54
5.1.2 - <i>O Uso do Espaço e Espacialidade</i> .....	56
5.1.3 - <i>Atividade</i> .....	57
5.1.4 - <i>Constrangimentos Tempo-Espaço</i> .....	58
5.2 - Modelo de Análise .....	60
5.3 – Métodos de Observação e Metodologia de Implementação .....	62
5.3.1 - <i>Instrumentos de Observação</i> .....	62
5.3.2 - <i>Seleção da Amostra</i> .....	63

5.3.3 - Operacionalização .....	64
6. O LUGAR: A FREGUESIA DA AMEIXOEIRA .....	66
6.1 - A localização da freguesia da Ameixoeira .....	66
6.2 - A população atual .....	68
6.3 - Os lugares da Ameixoeira: a história do lugar como a história da vida .....	72
6.4 - A rede de acessibilidades da Ameixoeira: fator estruturante da mobilidade .....	79
6.5 - Síntese: a Ameixoeira enquanto espaço dual .....	81
7. O ESPAÇO-TEMPO DOS IDOSOS DA AMEIXOEIRA .....	84
7.1 - Uma Visão Geral Sobre as Temporalidades e Espacialidades do Quotidiano .....	84
7.2. Os diferentes espaços-tempo: um olhar em pormenor .....	90
7.2.1 - O espaço-tempo doméstico .....	90
7.2.2 - O espaço-tempo da sociabilidade .....	93
7.2.3 - O espaço-tempo dos recursos .....	99
7.3. Variações no Uso do Tempo e do Espaço .....	102
7.3.1 - As Fases Etárias .....	102
7.3.2 - O Género .....	103
7.3.3 - A Capacidade Física .....	104
7.3.4 – Acesso a Transportes .....	106
7.3.5 - As Redes Sociais .....	107
7.3.6 – O Lugar de Residência .....	108
7.4. Constrangimentos Tempo-espaço .....	110
7.5 – Discussão e revisão das hipóteses .....	115
8. CONCLUSÃO .....	119
Bibliografia .....	125
ANEXO I .....	133
ANEXO II .....	135



## Lista de Figuras e Quadros

Figura 1– Totalidade de horas de trabalho (remunerado e não remunerado), por regime de trabalho e por género, UE27. Fonte: Parent-Thirion et al, 2007.	29
Figura 2 – Médias de uso do tempo por actividade, para mulheres e homens. Fonte: Aliaga C, Winqvist K, 2003.	29
Figura 3 – Média das diferentes formas de trabalho, por género, em Portugal (2005). Fonte: Torres et al., 2007.	30
Figura 4 – População projetada para o dia 1 de Janeiro nos anos seleccionados, EU27. Fonte: Giannakouris, 2008.	35
Figura 5 – Pirâmides da população da EU27. 2008 versus 2060. Fonte: Giannakouris, 2008.	35
Figura 6 – Os três pilares do quotidiano. Elaboração Própria.	60
Figura 7 – Modelo de Análise. Elaboração Própria.	61
Figura 8 – Localização da freguesia da Ameixoeira no município de Lisboa. Fonte: CML.	66
Figura 9 – Freguesia da Ameixoeira e a sua envolvente. Fonte: INE.	67
Figura 10 – Pirâmides Etárias da Ameixoeira, de Lisboa e da Grande Lisboa, em 2001. Elaboração própria a partir de dados dos Censos 2001.	68
Figura 11 – População da freguesia da Ameixoeira por idades (2001 & 2011). Elaboração própria a partir de dados dos Censos 2001 e 2011.	69
Figura 12 – Proporção da população residente com 65 ou mais anos de idade (2001). Elaboração própria a partir de dados dos Censos 2001.	69
Figura 13 – Idade Média da População Residente (2001). Elaboração própria a partir de dados dos Censos 2001.	69
Figura 14 – População residente por grupo socioeconómico. Fonte: Seixas, 2001.	70
Figura 15 – A rede de acessibilidades rodoviárias da Ameixoeira. Elaboração Própria.	79
Figura 16 – Transportes públicos na Ameixoeira. Elaboração Própria.	80
Figura 17 – O espaço dual da Ameixoeira. Elaboração própria.	82
Figura 18 – Distribuição temporal das atividades durante a semana. Elaboração própria.	84
Figura 19 – Distribuição temporal das atividades ao fim de semana. Elaboração própria.	84
Figura 20 – Prototemporalidades e trajetórias. Elaboração própria.	85
Figura 21 – Repetição e diferença na estrutura temporal da semana. Elaboração própria.	87
Figura 22 – Uso do tempo versus uso do Espaço. Elaboração própria.	88
Quadro 1 – Características dos idosos da amostra.	63
Quadro 2 – Constrangimentos tempo-espaco dos idosos da Ameixoeira. Elaboração própria.	113

# 1. Introdução

O envelhecimento demográfico tem sido sublinhado como um dos principais fenómenos sociais que decorrerão ao longo do Século XXI. As projeções estatísticas não deixam margem de dúvidas quanto a esta proposição, dada a prevalência da baixa natalidade e do aumento da esperança média de vida. Na Europa, é a imigração que vai mantendo as estruturas etárias com uma configuração ainda próxima de uma pirâmide.

A apresentação deste fenómeno é quase sempre formulada enquanto problema. Mais que o fenómeno, são as consequências deste que são abordadas. A mais destacada será talvez o desequilíbrio financeiro que existirá numa sociedade em que uma população ativa minoritária terá a seu encargo uma população envelhecida e inativa maioritária, condenando o modelo atual do estado social ao fracasso. Esta projeção tem potenciado uma problemática acesa no campo da economia em relação à solução ideal. Mas não é só na economia que o envelhecimento surge como problema. Também o surge na sociologia, nas preocupações relativas à intergeracionalidade, ou falta dela, e ao isolamento dos idosos. Surge na medicina e na psicologia, onde o campo necessariamente transversal da gerontologia se tem desenvolvido com bastante energia nas últimas décadas, para perceber como manter o bem-estar físico e psicológico da crescente população idosa. Também na geografia e no urbanismo, o envelhecimento da população tem sido visto como problema, em particular em relação à qualidade do espaço público e às potencialidades deste para promover a qualidade de vida em idades avançadas. As estatísticas atuais mostram percentagens altas de idosos na população das cidades europeias e as previsões demográficas são para o agravamento desta tendência (Fernandes, 2008). Muitas cidades começam já a planear o seu espaço urbano para responder às necessidades deste segmento populacional em crescimento. Lisboa é uma destas cidades, estando já a ser posto em prática um plano gerontológico para o período 2009-2013. Este plano baseia-se num estudo realizado em 2008 pelo Grupo de Missão Envelhecimento e Intervenção Municipal, recorrendo a entrevistas a uma amostra estratificada de 293 indivíduos, com 50 e mais anos, residentes no concelho de Lisboa. O Plano Gerontológico em si congrega acções ao nível do habitat, da solidão, da participação pública, da segurança, do

desenvolvimento de competências, da informação, do acesso a serviços e da violência. A resolução destes problemas torna-se mais difícil no contexto de incerteza em que nos encontramos. A crise financeira veio pôr em causa os actuais modelos, tanto de sistema económico como de desenvolvimento territorial, e a ausência de um projeto económico e social que reúna consensos deixa em aberto como se irá lidar tanto com a cidade como com a população idosa na Europa do século XXI.

Este é o contexto em que surge o estudo que aqui se apresenta. Não se toma aqui, no entanto, o envelhecimento enquanto problema, mas apenas na qualidade de fenómeno. O fenómeno do aumento da população idosa implica um quotidiano específico a ser compreendido. É sobre esse quotidiano que nos debruçamos nesta investigação.

A investigação desenvolvida recolhe conceitos e técnicas de uma linha de pesquisa em temas urbanos que tem desenvolvido novas ideias no que respeita à análise dos quotidianos urbanos, a nível da “mobilização de instrumentos de análise do lado sensível do urbano e da vida pública” (Fortuna, 2009: 87). Carlos Fortuna refere que esta é “uma das mais recentes camadas da construção teórica da cidade” (2009: 87), e destaca a obra de Lefévre (2004) como o impulsionador para uma análise da urbanidade na perspetiva da dinâmica gerada pelos seus múltiplos quotidianos. Aqui, uma perspetiva temporal sobre a cidade é vital e confere uma nova dimensão às tradicionais análises geográficas urbanas. Esta vai para além do exercício da *Time Geography* da escola de Lund nos anos 70 e 80 do século passado e insere-se numa perspetiva do sentir a cidade, com um pendor mais fenomenológico. Fortuna destaca uma *affective turn* na teoria sobre as cidades que daqui resulta, centrando-se a análise em aspetos sociopsicológicos e emocionais. Para a Geografia, esta *affective turn* é uma dimensão temporal, apesar de não serem novas, parecem poder aprofundar a análise científica sobre o espaço e os lugares urbanos.

Este estudo foi realizado no âmbito do projeto CHRONOTOPE – *Time-Space Planning for Resilient Cities*, financiado pela FCT e inserido na rede europeia de investigação Urban-Net. Centramo-nos no uso do tempo e do espaço como meio de estudo do quotidiano. A informação sobre os espaços experienciados, sendo enquadrada num plano temporal, ajuda-nos a ter uma visão abrangente sobre o dia a dia dos cidadãos. Essa informação permite-nos não só compreender onde as pessoas se concentram e a que horas se movimentam, mas também que atividades são centrais no dia a dia dos cidadãos. Estes dados permitirão um *insight* valioso sobre as dinâmicas do quotidiano. A estes dados será acrescentada uma segunda camada empírica, focada na experiência subjetiva do tempo-espaço. Os aspetos qualitativos permitem aferir com mais precisão os constrangimentos que existem no uso do tempo e do espaço por parte dos cidadãos. Este duplo prisma objetivo e subjetivo permite

uma imersão no quotidiano da população, oferecendo uma visão detalhada sobre as dinâmicas sempre em mudança que perfazem o equilíbrio do dia a dia, e o que impacta essas dinâmicas. O contraste entre uma perspetiva espacial e uma temporal permite-nos também atingir um nível de conhecimento mais denso sobre o quotidiano.

A estrutura conceptual<sup>1</sup> deste estudo baseia-se nos conceitos de temporalidade e espacialidade. Fraser (1975, 1978, 1981, 1999) conceptualizou a temporalidade enquanto construção cognitiva de vários níveis. O autor distingue cinco níveis de temporalidades (1982). Começando pela própria ausência de sentido de tempo, passa para a capacidade de sequenciar eventos e ordená-los linearmente, até às temporalidades biológicas e às da mente humana – a nootemporalidade. A estes cinco níveis, Fraser (1999) viria a acrescentar um sexto – a sócio-temporalidade – que é o modo como as sociedades se organizam temporalmente, tanto a nível quotidiano como cosmológico, que congrega as diferentes nootemporalidades. O conceito de espacialidade, por outro lado, foi desenvolvido com maior sucesso por Lefébvre (1999 [1971]) e Soja (1996). Estes autores conceptualizaram o que é conhecido pela triadética ou a tríade do espaço, i.e.: o espaço percebido, o espaço representado e o espaço vivido. O primeiro termo refere-se ao espaço na sua aceção mais imediata, ao modo como a pessoa se relaciona diretamente com o ambiente físico. O segundo refere-se ao modo como as pessoas e as sociedades pensam os lugares, e que ideias estes projetam sobre as pessoas ou estas projetam sobre os lugares. O terceiro termo é o modo como as pessoas experienciam o espaço no quotidiano simultaneamente entre a perceção e a representação. Da experiência do tempo e do espaço dos idosos, que se analisará tendo em conta estes conceitos, ter-se-á também em conta a existência de constrangimentos que influenciam as atividades realizadas. Hagerstränd (1970) criou uma tipologia de constrangimentos tempo-espaço que nos é pertinente, distinguindo entre constrangimentos de capacidade, relativos à pessoa; de autoridade, relativos às regras do lugar que a pessoa vivencia; e de coordenação, que se referem à congregação de pessoas e recursos necessários para se realizar uma atividade.

O nosso estudo foi realizado na freguesia da Ameixoeira, na cidade de Lisboa. A escolha desta localização para conduzir o estudo prende-se com motivos geográficos, históricos, sociais e demográficos. A freguesia da Ameixoeira situa-se na coroa Norte de Lisboa, na fronteira com o concelho de Odivelas. A sua posição é periférica não só geograficamente, por se encontrar na extremidade da cidade e ser delimitada por um relevo relativamente acidentado a Norte e por eixos de alta velocidade (Eixo Norte-Sul e Calçada de Carriche) a Sul e Oeste, mas também a nível de recursos, como se verá. Esta condição

---

<sup>1</sup> Esta encontra-se mais detalhada no quinto capítulo.

periférica torna este espaço num laboratório interessante para verificar constrangimentos ao tempo-espaço quotidiano. Para além disso, tomou lugar na freguesia recentemente um grande projeto de realojamento em bairros sociais (PER) no Norte da freguesia, o que contrasta com o tecido social que existe no Sul da freguesia, fruto de uma expansão urbana acentuada na cidade de Lisboa. Por último, a Ameixoeira é uma das freguesias mais jovens do concelho de Lisboa. Em dados de 2001, era a terceira freguesia com uma proporção de residente com 65 ou mais anos mais baixa, atrás da Charneca e do Lumiar, freguesias com que faz fronteira. O facto de ter uma população jovem, torna interessante verificar quais são as dinâmicas da população idosa, e os níveis de relação. Estas são as principais razões que conduziram à escolha desta freguesia como caso de estudo.

Os objetivos que guiam esta pesquisa são os seguintes:

- ☞ Descrever o uso do espaço e do tempo dos idosos da Ameixoeira através do levantamento das atividades diárias e semanais de um grupo selecionado de modo a identificar e enquadrar as práticas do quotidiano.
- ☞ Compreender como as atividades são valorizadas pelos idosos da Ameixoeira através de entrevistas em profundidade de modo a verificar a correspondência entre o uso do tempo e do espaço efetivo e o pretendido.
- ☞ Identificar constrangimentos tempo-espaço desfavoráveis ao envelhecimento ativo através da comparação entre usos efetivos e usos pretendidos.
- ☞ Identificar os fatores que na cidade contribuem para a redução da qualidade de vida dos idosos através da análise dos principais constrangimentos identificados, de modo a torná-la mais amigável para este grupo de população.

Na persecução destes objetivos, ir-se-á procurar verificar um conjunto de hipóteses relativas ao quotidiano dos idosos nas dimensões em análise, que passamos a apresentar:

- ☞ H1: O uso do tempo e do espaço por parte dos idosos é constrangido ou potenciado tanto pelas capacidades pessoais como pelas características do ambiente urbano.

O que se afirma aqui é que o ambiente urbano tem um papel no uso do tempo e do espaço dos seus habitantes, podendo, no melhor dos casos, compensar insuficiências ao nível das capacidades das pessoas e, no pior dos casos, constranger os comportamentos das mesmas. A noção de ambiente urbano não se restringe somente ao espaço físico. Engloba também as leis e regras que vigoram, as relações sociais intrínsecas ao lugar urbano, e os serviços, infra-estruturas e equipamentos existentes e disponíveis. Na linha de Sénécal (2007),

entende-se que o conceito de ambiente urbano comporta diversos fatores económicos, sociais e ecológicos. Do mesmo modo, a capacidade pessoal não inclui apenas a capacidade física ou a saúde da pessoa. Os fatores económicos, sociais e culturais são igualmente importantes. Os recursos económicos da pessoa são determinantes e tornam-se ainda mais no presente contexto português de crise financeira e económica. Aspetos relevantes para o uso do espaço-tempo, como o acesso a transportes ou bens imateriais, dependem das capacidades económicas das pessoas. São igualmente importantes para este estudo os conceitos de capital social e capital cultural. Bourdieu (1986) definiu capital social como “o agregado dos recursos efectivos ou potenciais ligados à posse de uma rede durável de relações” (Bourdieu, 1986: 248). Estas redes de conhecimentos podem ter várias origens. O capital social pode ser extremamente formal, como uma organização de pais e professores, ou informal, como o grupo de pessoas que se reúne todas as noites num bar. De todas estas relações, no entanto, podem-se retirar benefícios, que não tem de ser necessariamente financeiros. O capital cultural, por sua vez, compreende o conjunto de conhecimentos, ideias e competências que a pessoa adquire ao longo da vida, mas principalmente nos anos dedicados à educação. Bourdieu (1986: 245) afirma que “a transmissão de capital cultural é, sem dúvida, a melhor forma escondida de transmissão hereditária de capital” (Bourdieu, 1986: 245). A aprendizagem que a pessoa faz ao longo da sua vida limitará ou potenciará não só o seu comportamento, mas também as suas oportunidades, devido ao facto deste capital se «institucionalizar» em qualificações oficiais e.g. títulos académicos. Este é o potencial de convertibilidade: todas as formas de capital (económico, social, cultural) podem ser convertidas num outro tipo de capital. Argumentamos assim que o conjunto de capacidades pessoais, nas quais se incluem as capacidades físicas, mas também o capital económico, social e cultural, têm uma relação dialética com as características económicas, sociais, físicas e ecológicas do ambiente urbano em si no que respeita ao moldar do quotidiano dos idosos.

☞ H2: O quotidiano dos idosos é moldado profundamente pelas condições da sua vida passada, em particular as educacionais, as laborais e as sociais, mas as oportunidades na idade idosa podem alterar essas estruturas.

A perspetiva do curso da vida<sup>2</sup> tem exposto os processos através dos quais o quotidiano das pessoas é moldado pelos contextos vividos no passado, mantendo ainda assim uma defesa da importância da agência pessoal. O conceito explicativo *path dependence* é

---

<sup>2</sup> Esta será objeto de aprofundamento no terceiro capítulo

referido com alguma regularidade (Naegele et al., 2003) para explicar o modo como os eventos passados definem, grosso modo, as possibilidades do presente. Este conceito tem sido aplicado em particular à história<sup>3</sup>. David (2007) usa o teclado QWERTY como um exemplo de uma escolha passada que determina as características das possibilidades de *design* de teclados hoje em dia. Seria necessária uma reaprendizagem demasiado difícil de todos os utilizadores de teclados para que o *designer* pudesse criar e comercializar um teclado sem a base QWERTY, sendo essa opção portanto inviável. Naegele et al. (2003) aplicam este conceito à organização temporal do quotidiano. No nosso estudo, pretendemos rever a relação entre as condições da vida passada e as oportunidades na idade idosa nos usos do quotidiano. Para tal, ter-se-á em conta a temporalidade existencial da pessoa. Para Husserl (1991 [1893-1917]), na experiência humana, o passado e o futuro estão sempre presentes enquanto aspetos retentivos e protentivos<sup>4</sup>. Assim, a relação da pessoa com o tempo e o espaço, julgamos, far-se-á sempre mediante a aprendizagem prévia de um modo de relacionamento com estes planos. O nosso propósito será identificar como esses aspetos retentivos se coadjuvam dinamicamente com a experiência de um mundo urbano em mudança. Para tal, partimos da hipótese de que, apesar de a vida passada moldar os usos do quotidiano, as oportunidades na idade idosa podem alterar essas estruturas.

☞ H3: Na idade idosa, o tempo das actividades prolonga-se e o espaço das actividades restringe-se quando a capacidade física é menor, mas o sentido de lugar torna-se mais forte.

Alguns autores têm sugerido nos últimos anos que, à medida que a capacidade física diminui ao longo do tempo, os obstáculos no espaço público aumentam e são mais difíceis de ultrapassar. Existe também a noção generalizada de que se verifica uma diminuição progressiva da rede social e do espaço vivido em idades avançadas. Estes aspetos serão explorados com maior detalhe no quarto capítulo. Por agora importa dizer que quando a capacidade física diminui, é preciso mais tempo para realizar cada atividade e a capacidade de mobilidade diminui, o que leva a um encurtar da espacialidade da pessoa. Tendo em mente a argumentação de Rowles (1978) de que, quando um modo de experiência geográfica fica limitado, outros modos podem ser potencializados, sugerimos que este encurtar da

---

<sup>3</sup> Para uma revisão deste conceito em profundidade, sugere-se Page (2006).

<sup>4</sup> Aprofundar-se-á este tópico no terceiro capítulo.

experiência espaço-temporal potencia a criação de laços afetivos mais intensos com os lugares e as suas comunidades.

A abordagem da pesquisa centra-se nos conceitos descritivos de atividade, uso do espaço e uso do tempo, que formam os pilares com os quais se reconstruiu o quotidiano dos idosos da freguesia da Ameixoeira. Numa primeira fase da investigação, acompanharam-se vinte idosos durante uma semana e detalharam-se as suas atividades no plano temporal e espacial em diários. Numa segunda fase, realizaram-se oito entrevistas extensivas semi-estruturadas a idosos de modo a perceber melhor o seu quotidiano, o que o limita e o que o potencia. Como complemento, numa fase final entrevistaram-se pessoas com uma perspetiva privilegiada sobre o quotidiano dos idosos na Ameixoeira, nomeadamente o atual Diretor da Associação Unitária dos Idosos e Reformados da Ameixoeira, a antiga Diretora da mesma instituição e um responsável da Universidade Sénior da Junta de Freguesia da Ameixoeira. Conduziu-se também um levantamento do comércio, serviços, transportes públicos e via rodoviárias disponíveis na freguesia, para suporte à análise das condições que a freguesia proporciona aos idosos.

Esta dissertação organizar-se-á do seguinte modo. Começaremos por contextualizar o momento global e o contexto social em que surge esta investigação, abordando os processos de flexibilização societária que fundamentam o grande conjunto de mudanças sociogeográficas dos últimos trinta anos. Esta flexibilização ocorre em particular nos campos produtivo e laboral. Estes processos têm como consequência um conjunto de mudanças em como as pessoas experienciam a urbanidade. Uma das consequências nefastas destas mudanças é a aceleração da vida quotidiana, o que leva à génese de conflitos de espaço e tempo aos quais já se sente hoje na Europa a necessidade de responder com políticas específicas. De seguida, ir-se-á explanar as principais perspetivas científicas e críticas que existem hoje sobre o envelhecimento e a idade idosa. Usa-se aqui o termo idade idosa com consciência que a terminologia correta é objeto de debate na sociedade, com vários termos possíveis, como «terceira idade», «população sénior» ou a menos politicamente correta «velhice». Usa-se este termo pela sua extensiva utilização em contextos científicos e por ter uma qualificação neutra. Nessa secção, abordar-se-á o conceito de envelhecimento, a perspetiva do ciclo da vida sobre o envelhecimento e a conceptualização científica e social da idade idosa. Na secção seguinte, far-se-á uma revisão da informação disponível atualmente sobre o uso do tempo e do espaço pelos idosos, com referência à relação destes aspetos com a qualidade de vida e o bem-estar subjetivo.



Entrar-se-á então no caso de estudo da investigação. Em primeiro lugar, apresentar-se-á em profundidade a metodologia que conduziu à realização do estudo. No capítulo seguinte, debruçar-nos-emos sobre os lugares da freguesia da Ameixoeira. Explicar-se-á a ligação entre a história dos lugares e as histórias de vida dos idosos da Ameixoeira e analisar-se-á a estrutura do espaço urbano da freguesia. Num momento posterior, ir-se-á descrever em detalhe o quotidiano dos idosos, expondo as suas temporalidades e espacialidades e identificando os constrangimentos tempo-espaço que afetam a qualidade de vida dos idosos. Seguir-se-á a análise da confirmação ou infirmação das hipóteses do estudo. Finalmente, será realizada a síntese das principais conclusões a que este estudo chegou e apontar-se-á futuras linhas de investigação neste campo.

## **2. Processos de flexibilização e conflitos espaço-tempo**

As mudanças sociais ocorridas nas últimas décadas tiveram um impacto profundo nas temporalidades e nas espacialidades urbanas. Abordaremos neste momento as principais perspectivas sobre esse conjunto de mudanças sociais, que nomeamos de processos de flexibilização societária. Posteriormente, ver-se-á como este movimento de flexibilização tem impactos sobre a organização social e espacial da cidade, ao fragmentar simultaneamente os estilos de vida na sociedade e o espaço urbano, promovendo as desigualdades e a segregação. A vivência do espaço urbano pelos cidadãos é intensamente alterada por estes fatores. A sócio temporalidade acelera-se e torna-se policrónica e a espacialidade social torna-se hipermóvel. Por isto, surgem conflitos espaço-tempo nas sociedades, aos quais já se tenta responder com políticas específicas, na expectativa de minorizar as ameaças à qualidade de vida nas cidades que a flexibilização do tempo e do espaço gera.

### **2.1 - Processos de flexibilização societária**

Recentemente, um corpo importante de literatura tem vindo a definir os principais traços das mudanças sociais ocorridas nos últimos quarenta anos. A terciarização do mercado de trabalho, a desindustrialização das cidades, a emergência de uma sociedade baseada no consumo e na estética, o aumento da mobilidade urbana e a compressão tempo-espaço possibilitada pela evolução das tecnologias de informação e comunicação encontram-se entre as mais destacadas. No plano geral, descreve-se agora uma sociedade baseada em fluxos e dinâmicas de sistema, em rapidez e sincronismo, no digital e no efémero. Apesar desta leitura se mostrar correta num plano geral e providenciar o ponto de partida para a análise social e espacial, existem nesta algumas insuficiências para a análise da sociedade que se afastam das tendências gerais observadas. Os idosos em Portugal são um exemplo pertinente. Estes representam uma larga e crescente franja da sociedade com necessidades específicas, tal como uma perceção e utilização do espaço distintas. Em geral, apesar de viverem nos mesmos lugares das restantes faixas da população, estes constituem uma realidade impossível de explicar com os mesmos argumentos que explicam uma sociedade pós-moderna. No entanto,

essas reflexões servirão aqui como ponto de partida pois definem o contexto em que essa realidade existe.

Um ponto em comum nessas reflexões é a referência à existência de um novo paradigma social. A terminologia varia, desde a simples menção a uma nova modernidade<sup>5</sup> até uma referência a uma nova era<sup>6</sup>. Diferentes autores ancoram a mudança em diferentes catalisadores, mas parece haver uma ideia geral de que, pelo menos desde os anos 70, o social sofreu transformações operadas por diferentes razões. Ir-se-á aqui apresentar alguns desses pontos de vista, ancorando-os em alguns campos de mudança.

Começemos pelo campo económico e laboral. Harvey (1990) destaca, na mudança de uma sociedade moderna para uma pós-moderna, uma característica fundamental: a passagem do modelo laboral e produtivo fordista para um modelo de acumulação flexível. Lendo a realidade através das lentes do marxismo, Harvey vê a alteração fundamental na lógica de trabalho ao invés da cultura, apesar de esta acompanhar a mudança, espelhando uma nova mundividência. Jameson (1991) partilha a perspetiva sobre existir uma pós-modernidade que é a lógica daquilo que classifica como um capitalismo tardio, embora se centre mais na produção cultural. No cerne deste capitalismo tardio está uma lógica produtiva de acumulação flexível, ou seja, mantendo as dinâmicas acumulativas do capitalismo tradicional, a produção passou de um paradigma de massificação para a necessidade de um regime económico mais flexível (Lash e Urry, 1994). Manter o mesmo produto no mercado durante dez anos torna-se impossível. As séries de produção são mais curtas e os produtos são mais diversificados, especializados e diversos. Os empregadores tornam-se mais exigentes com a mão-de-obra que recrutam: valoriza-se a aprendizagem ao longo da vida e a adaptação às novas tecnologias. No entanto, não basta adaptar os trabalhadores: as máquinas de produção requerem também uma atualização tecnológica que lhes permita produzir competitivamente e colocar no mercado produtos com qualidade e diversidade adaptados a consumidores mais exigentes e diferenciados. Muda-se para um processo de produção mais individualizada por oposição à lógica da massificação. Uma boa parte destas mudanças refletem-se no fenómeno da terciarização que se fez notar durante a segunda metade do século XX. O crescendo em tecnologia e uso de máquinas e robôs nos setores primários e secundários ajudou a libertar grande parte da mão-de-obra desses setores para o sector terciário. Em consequência, o sector dos serviços cresce, diversifica-se e torna-se o mais importante das sociedades

---

<sup>5</sup> E.g. pós-modernismo (Harvey, 1990; Jameson, 1991); modernidade tardia (Giddens, 1991); sobre-modernidade (Augé, 1992); modernidade líquida (Bauman, 2000); hipermodernidade (Lipovetsky e Charles, 2004).

<sup>6</sup> E.g. era da globalização (Appadurai, 1996; Held et al., 1999), era da informação ou do conhecimento (Castells, 1996), era das sociedades de risco (Beck, 1992).

Ocidentais (Alves, 2005). A terciarização teve vários impactos. São exigidas novas e diferentes competências aos trabalhadores, são criados novos horários de trabalho, instituem-se as férias pagas, surgem empregos que exigem mobilidade espacial, aparecem novos produtos e serviços para comercializar. Por outro lado, a terciarização também levou ao aumento dos indivíduos situados social e economicamente dentro da classe média, o que aumentou de forma exponencial o consumo. Nas sociedades atuais, este aumento é de tal ordem que se considera que a satisfação das necessidades básicas é tida como garantida. Bauman (1998) defende que existe agora um novo género de pobres, que não são definidos pela incapacidade de obterem bens essenciais à sua sobrevivência no mundo, como alimento e assistência médica, mas sim aqueles que não tem poder económico suficiente para vingar na sociedade de consumo e adquirirem bens que não são essenciais à sobrevivência mas à visibilidade e mesmo à integração social. Miller afirma que, neste contexto, “não é o proletariado que é responsável pela liberalização do mundo através da transformação da sua consciência, mas sim o consumidor” (Miller, 1995: 14). As empresas aperceberam-se que “o lugar de consumo (...) é a vida quotidiana” (Baudrillard, 2010 [1970]: 25) e começaram a centrar-se mais nos desejos e nas necessidades do consumidor. Surgem novos esquemas de produção como as cadeias logísticas ou de fornecimento, sistemas empresariais em que diferentes empresas assumem diferentes papéis na cadeia de produção de um produto, minimizando assim os custos individuais de produção e maximizando os lucros de cada setor; o *outsourcing*, em que existe a contratação de um terceiro partido, geralmente com o objetivo de oferecer um serviço mais próximo ao cliente sem custos excessivos; ou as empresas multinacionais que procuram internacionalizar os seus serviços para atingir um público mais vasto.

A estas perspetivas sobre o plano económico associam-se perspetivas sobre o campo social e cultural. Lipovetsky (2006) tem sido um dos principais críticos nesta perspetiva e vê a mudança social centrada no consumo. Este autor identifica três fases do capitalismo de consumo que conduziram ao quadro que temos hoje em dia. A primeira fase baseia-se no nascimento dos mercados de massa, situa-se entre 1980 e o início da Segunda Guerra Mundial, período em que decorre o nascimento das marcas, e o aparecimento dos armazéns como modelo principal de retalho urbano. A segunda fase, a da sociedade de consumo em massa, decorre nos 30 anos após a Segunda Guerra Mundial e caracteriza-se pelo aumento do poder de compra em todos os estratos das sociedades ocidentais, que leva ao consumo massivo e ao nascimento da *good life* enquanto objetivo pessoal. Na terceira fase, aquela em que nos encontramos, passa-se do consumo ostensivo ao consumo experiencial. Chega-se por fim ao absoluto fetichismo das marcas. A perda de referências culturais cria uma ansiedade societária que é aliviada através da medicação do ato de consumo. Também Débord (2003 [1967])

abordou o fetichismo das marcas e a cultura do espetáculo como a essência do referencial simbólico das sociedades capitalistas. Para Cachinho (2006) o sujeito moderno é um consumidor, ao mesmo tempo espetador e ator pois, ao mesmo tempo que mantém a essência da *flâneur* que vagueia pela urbe seduzido pelo bulício, o consumidor desempenha um papel no grande espetáculo que a sociedade capitalista intenta ser. Na perspectiva de Giddens (1991), por outro lado, a pessoa não é tão avassaladoramente submetida ao consumo, mas tem um papel reflexivo ativo. Giddens explica esta flexibilidade na modernidade com a consciencialização da maior parte das pessoas do mundo acerca da influência que organismos ou eventos distantes podem ter sobre as suas vidas e também, no sentido inverso, a consciencialização de que as ações pessoais podem ter consequências a nível global (Giddens, 1991). Esta consciência geral, que nasce nos finais dos anos 70 do século XX, foi-se formando através dos anos 80 e marca a passagem das sociedades modernas para as sociedades pós-modernas. Os indivíduos, neste período, têm que refletir sobre o seu papel mais do que antigamente. Nasce a noção de que “nós não somos o que somos mas o que fazemos de nós” (Giddens, 1991: 75). Lash e Urry (1994) desenvolvem também esta visão sobre a reflexividade mas apontando ainda para os processos de estetização presentes na sociedade. Para os autores, a estética e o signo torna-se aquilo que dá valor ao produto, na linha de Baudrillard quando este argumenta que o valor-signo deve ser acrescentado aos conceitos marxistas de valor de uso e valor de troca. A análise de Campbell (2001) é aqui complementar: para este autor, o desejo pelo novo e a instituição da moda são os fundamentos fulcrais do consumerismo moderno. Outros autores destacam o desenvolvimento de componentes de cidadania no cerne destas mudanças societárias. Beck (1992) avança com a noção das sociedades de risco. Segundo este autor, as sociedades evoluíram de pré-industriais para industriais e, finalmente, para sociedades de risco. O autor defende que o mundo atual está impregnado de perigos. Existem riscos ambientais e bélicos, de natureza social, riscos pessoais, acidentes de todo o género, e conflitos criados pela liberdade dos indivíduos. A sociedade de informação, ao exhibir estas ameaças ao indivíduo constantemente na televisão, jornais ou *internet*, exerce pressão sobre os mesmos formando uma consciência coletiva acerca destes riscos. Isto ativa nas pessoas uma consciência tanto acerca da influência que fatores externos podem ter na sua vida pessoal, como acerca de como as suas opções pessoais se refletem no mundo que os rodeia. Na mesma linha, Touraine (1994) apresenta o sujeito como um produto da modernidade, sujeito este que, nem sempre racional, se desenvolveu da racionalidade que é base da modernidade, e encontra novos modos de exprimir politicamente nas sociedades atuais e distinguir-se. Isto gera novos movimentos sociais, que têm uma expressão essencialmente simbólica e estética, mas que

estão fundamentados em questões éticas profundas e complexas, e que são usadas para procurar uma historicidade distinta e específica a um grupo social, como o LGBT.

Estas mudanças a nível económico, social, laboral e cultural devem muito aos avanços tecnológicos dos últimos 20 anos. Castells (1996) baseia a sua definição de contemporaneidade nos conceitos de sociedade em rede e era da informação. Para este autor, a era da informação destaca-se por ser um período marcado por uma nova fase do capitalismo em que a informação e o conhecimento são o centro do poder. Nesta era, as comunicações móveis e a internet são a base das novas lógicas sociais e empresariais. A sociedade é vista como estando em rede, havendo redes de fluxos de informação permanente entre os seus atores. Castells destaca o nível internacional destas redes, com as cidades a tornarem-se nós de ligação entre os fluxos. Este é o processo de globalização, em que a informação é leve e atravessa todo o mundo em segundos. Se num primeiro momento isto tinha implicações em particular nas redes empresariais e fluxos de produção, já hoje esta lógica estende-se para além desses campos, envolvendo a esfera da sociedade civil (Castells, 2012; Harvey, 2012). Alguns autores têm-se dedicado ao estudo de como estas redes globais têm causado impactos nas cidades (Friedmann, 1986; Sassen, 1991). Num plano geral, a teoria vigente tem sido a de uma nova maleabilidade do tempo-espaço e de um acelerar geral (Virilio, 1997; Crang in Hassan e Purser, 2007; Rosa e Scheuerman, 2009). Harvey (1990: 328) refere que:

“a experiência do tempo e espaço mudou, a confiança na associação entre julgamentos científicos e morais colapsou, a estética triunfou sobre a ética enquanto foco central das preocupações sociais e intelectuais, as imagens dominam as narrativas, o efémero e a fragmentação tomam precedência sobre verdades universais e políticas unificadas e as explicações passaram do campo da fundamentação material e político-económica para uma consideração de práticas culturais e políticas autónomas”.

Também Giddens (1991) se refere a uma separação entre o tempo e o espaço, tendo a experiência moderna esvaziado o espaço do tempo. Para além disto, existe na literatura científica um sentido geral de aceleração do tempo. Held et al. (1999: 2) definem globalização como o “alargar, aprofundar e acelerar da conectividade a nível mundial em todos os aspetos da vida social contemporânea”. Autores como Shove et al. (2009) ou Edensor (2010) referem que a noção geral é de que as sociedades têm acelerado os seus ritmos.

Todas estas visões têm em comum a concordância em ter emergido um novo paradigma social. Altera-se o foco da origem das alterações. Em autores como Harvey, Castells ou Jameson, esse foco está na reestruturação económica e na hegemonia do neoliberalismo. Já Lipovetsky, Giddens, Beck ou Bauman centram-se em mudanças nos valores da sociedade. Mas este plano geral deve ser cuidadosamente aplicado a análises locais. Segundo Swyngedouw (2004), o panorama global tem profundas implicações territoriais. Este autor

afirma que se deve falar de *glocalização*, para além de globalização, tendo em conta a sobreposição de escalas que as questões sociais atravessam hoje. O conceito de *glocalização* é importante para introduzir o problema da sobreposição de escalas. O facto de haver um processo de globalização cria efeitos concretos em locais. O local, por sua vez, é o sítio onde que todos os aspectos a que o fenómeno globalização se reporta ocorrem concretamente. Verifica-se então uma dialética entre múltiplas escalas: global, regional, nacional, local. Portanto, é preciso ter em conta que o lugar não está completamente aniquilado pelo global, como defende Massey (1994). A autora argumenta que a globalização não cria a homogeneização simples. Pelo contrário, ela é diferenciada geograficamente e cada lugar reage de modo diferente aos seus *inputs*. Para além disso, o lugar não deixou de ser um porto seguro para as identidades pessoais e coletivas. Desse modo, os lugares não são estáticos: tal como o capital, são processos que não têm uma identidade única que corresponde na perfeição com a terra. Assim, o lugar tem que ser visto como aberto, preenchido de redes que contém ligações a outros lugares e outros tempos. Assim, o lugar e o que contém não têm fronteiras distintas e naturais: existe sempre em continuidade com outros lugares.

Resumindo, encontramos-nos num contexto em que as sociedades ocidentais aprofundam um processo de flexibilização que tem origem em aspetos económicos, com consequências no mercado laboral, e que se espalha por diversos campos da vida quotidiana. Esta flexibilização associa-se a processos de *glocalização*, em que as influências externas têm um grande impacto local. Possibilitado principalmente pelas tecnologias de comunicação e mobilidade, a aceleração da vida nos seus aspetos mais quotidianos parece inevitável, em particular em ambientes urbanos. Na secção seguinte abordar-se-ão as implicações que estes processos têm nas vivências urbanas.

## **2.2 - Mudanças na organização social e espacial das cidades**

A cidade tem sido vista nas últimas décadas pelo poder político essencialmente como um produto, e o *place marketing*<sup>7</sup> colocou-se no centro da gestão urbana. A associação desse fazer cidade com um projeto neoliberal meramente economicista é reconhecida (Eisenschitz, 2010) e está associada a uma lógica de cidades globais (Sassen, 1991). Assim, os megaprojetos com pendor comercial, muitas vezes associados a eventos culturais ou desportivos, tornam-se centrais na gestão urbana e são os grandes impulsionadores dos esforços políticos locais. Eisenschitz (2010) argumenta que esta associação entre o *place marketing* e a lógica neo-

---

<sup>7</sup> Por vezes também referido como *marketing territorial*.

liberal perdeu a sua credibilidade na crise de 2008 e que novas formas de *place marketing* irão surgir. Faltam no entanto ainda provas empíricas da substituição de uma lógica urbana neo-liberal por expressões políticas alternativas, ainda que alguns trabalhos mostrem o crescimento de várias experiências locais com algum sucesso<sup>8</sup>.

Neste contexto de incerteza, o urbano tornou-se um espaço fragmentado (Barata Salgueiro, 1997, 1999). De sublinhar primeiramente que existe uma lógica de urbanização virada não para a sua dinâmica interior mas para um fluxo global de informação e capital. Assim, ocorrem transformações a nível territorial nas áreas metropolitanas das cidades, particularmente a nível do desmontar da estrutura centro-periferia. Neste paradigma, novos fenómenos urbanos distinguem-se. Processos de nobilitação são operados com a presença do capital internacional em variadas zonas das cidades, requalificando e embelezando algumas áreas em decadência, ao mesmo tempo que outras são deixadas ao abandono. Surgem também novos modelos de urbanização que se baseiam na mobilidade automóvel, como as chamadas *edge cities* (Garreau, 1991). Estas são urbanizações construídas em grande escala junto a grandes cidades, desprovidas de história e com escassos serviços existentes, sendo maioritariamente residenciais. Neste plano, as cidades começam a ser vistas em função de territórios mais amplos, as áreas metropolitanas, ou compreendidas como cidades-região. Parr (2005) apresenta este conceito de cidade-região como uma cidade constituída por duas áreas. A zona central (C-zone) e a zona circundante (S-zone). Estas têm dinâmicas de interação crescentes, constituídas por fluxos constantes e bidirecionais entre as duas zonas, ao invés da relação hierárquica centro-periferia com que era caracterizada a cidade do século XX. A forma urbana, neste contexto, é incerta. Wrigley e Lowe (2002), numa análise aos padrões de localização recentes do comércio, acabam por defini-los como sendo parte de uma geografia inconstante, marcada por *spatial switchings*. A partir do conceito de criação destrutiva da Schumpeter, verifica-se que o capital introduz alterações na forma urbana para induzir o consumo. As alterações geográficas dos lugares de comércio nas últimas décadas refletem essa tendência de criação de novos espaços com vista a fomentar novo capital sem a manutenção das estruturas anteriores, deixadas ao abandono. Após uma centralização inicial a acompanhar uma desertificação das zonas rurais, passou-se para um padrão de localização multipolar nas periferias. Wrigley e Lowe (2002) analisam este fenómeno de descentralização em Chicago, onde existiu um fenómeno de proliferação de espaços comerciais nas periferias associado ao processo de suburbanização da cidade, que levou ao abandono dos lugares de comércio no centro da cidade. Um fenómeno inverso é verificado posteriormente, com as políticas de

---

<sup>8</sup> E.g. ver Dommergues e Delfour (2003), Matos (2010).



revitalização dos centros urbanos com vista à fomentação do turismo e da regeneração urbana. Esta análise é importante porque nos permite ver como a cidade atual, para além de espacialmente fragmentada, é temporalmente inconstante.

Têm sido lançadas críticas ao modo como desigualdades sociais são perpetuadas por estes modelos urbanos inconstantes e fragmentados. Van Kempen (1994), como Castells (1996) também o viria a fazer, vê as cidades como duais, marcadas por aquilo que classifica como a pobreza moderna. Ao contrário de Bauman, que classifica a nova pobreza pela incapacidade de participar na sociedade de consumo, van Kempen define a pobreza moderna como a restrição de oportunidades de vida relativamente à mobilidade social. A autora defende que a cidade dual resulta de uma reestruturação económica que teve efeitos no mercado de trabalho, em relação à desindustrialização e ao aumento do setor terciário na percentagem de emprego urbano e na sua bifurcação em termos de acesso – distingue-se o emprego altamente qualificado e o emprego não-qualificado. Isto cria uma polarização social a que correspondem realidades sociais distintas na cidade. Espacialmente, o resultado é a existência de enclaves de pobreza que minam a capacidade de mobilidade social das pessoas que lá habitam, em função de terem menos oportunidades de vida. Esses enclaves de pobreza geram menos oportunidades devido a vários fatores: o peso da normatividade da pertença local na pessoa inserida, que a faz considerar que é natural viver ali; o capital social que a pessoa tem, que não lhe permite muitas alternativas na vida; o provisionamento que tem nesse enclave em termos de acesso a serviços como educação ou serviços governamentais; e a estigmatização que pode levar à pessoa ser rejeitada noutros ambientes devido à sua origem. Assim, as oportunidades de vida, definidas como a possibilidade e as alternativas na vida de uma pessoa para melhorar a sua condição socioeconómica, são reduzidas. A cidade dual é essencialmente uma cidade polarizada em termos sociais e espaciais, apesar de este não poder ser um conceito linear. De acrescentar à análise de van Kempen que as desigualdades sociais na cidade não são meramente económicas. As questões da etnicidade, por exemplo, marcam as fronteiras na cidade pós-colonial. Escallier (2006) refere como para além dos processos de segregação económicas, as fronteiras na cidade são criadas por processos políticos, em particular os resultantes ainda das relações de força dos contextos coloniais. Estes contextos estão também presentes no imaginário das pessoas, perpetuando as divisões na cidade por culturas ou etnias. Como transparece na análise de Appadurai (1996), as *ethnoscapes*, campo fundamental da globalização devido à mobilidade internacional, são uma fonte de conflito nas cidades. Também o nascimento de subculturas é fonte de divisões nas cidades. Segundo Escallier (2006), sendo a cidade o lugar privilegiado para o nascimento de novas identidades e expressões alternativas, torna-se também um espaço de fronteiras. E num contexto de

modernidade em que o sujeito moderno surge como oposição a um modelo de vivência social única e normativa, como transparece na crítica de Touraine (1992), surgem novos lugares na cidade associados a identidades alternativas, como as identidades LGBT. Temos então a cidade atual como uma pluralidade, a qual não pode ser vista deixando de ter em conta processos de polarização social e segregação espacial.

Em suma, num espaço urbano progressivamente fragmentado, a sociedade parece incorrer no mesmo processo em paralelo. Durante essa fragmentação societária, alguns miasmas surgem, como o aprofundar das desigualdades sociais, aumento da criminalidade ou conflitos raciais. Parte da sociedade recolhe-se no consumo, gerando-se grupos associados a estilos de vida urbanos cuja coesão é suportada em grande parte pelas tecnologias de comunicação. Outra parte permanece afastada dessas dinâmicas, aqueles a que Bauman (1998) chama os “novos pobres”. Na cidade rápida, complexa, policêntrica e fragmentada, no entanto, todos são afectados pelos problemas que surgem no quotidiano a nível de espacialidade e temporalidade.

### **2.3 – Mudanças na vivência urbana e conflitos de espaço e tempo**

Neste contexto de fragmentação urbana, tem sido salientado na última década, pela comunidade científica mas não só, a alteração da vivência do lugar e o surgimento de problemas de conflitos de tempo-espaço. A dispersão urbana tem sido salientada como a causa de problemas de mobilidade e acessibilidade, enquanto a flexibilização dos horários de trabalho tem sido apontado como a principal causa de conflitos de tempo.

Bernard Prével (in CERTU, 2001) analisa as mudanças na mobilidade da cidade de um duplo prisma: a crescente mobilidade em contraste com a crescente sedentarização. O autor refere o surgimento de *Grand Commutants* a partir do aumento das viagens pendulares. Ma e Kang (2011) verificam como em Seoul, à medida que a cidade se expandiu, houve também um aumento na velocidade dos transportes, mantendo o tempo de viagens pendulares relativamente estável. Os autores partem do conceito de *constant travel time budget* de Zahavi (1974) que define que o tempo diário gasto em viagens permanece relativamente estável, e da hipótese de co-locação, que define que o tempo pendular mantém-se o mesmo enquanto a distância entre residência e trabalho aumenta devido à relocação tanto da habitação como do trabalho. Schafer (2000) verificou empiricamente uma grande estabilidade na média do tempo de viagem diário e gastos em dinheiro com essas viagens num estudo que analisava vários países. Também Ma e Kang determinam que em Seoul o tempo gasto em viagens pendulares aumentou apenas ligeiramente, enquanto a distância aumentou

exponencialmente. Os autores referem que a descentralização urbana está ligada à escolha de meios de transporte mais rápidos (carro ou metro) em detrimento de outros mais lentos (autocarro). Aqui é de destacar a importância central do transporte privado. Segundo Urry e Sheller, (2002: 217) “só aqueles que se movem em carros, táxis e camiões são *públicos* dentro de um sistema onde os espaços públicos foram democraticamente tomados, através de noções de escolha individual e flexibilidade pessoal”<sup>9</sup>. A cidade é construída para a mobilidade automóvel, e a liberdade pessoal está associada a essa liberdade de movimento que o carro possibilita. A distinção entre a esfera pública, da cidadania, com o espaço público, da cidade, é diminuída pois a possibilidade de aceder ao que se pretende, a viver a cidade na sua totalidade e em função do que se pretende ao invés do que se pode, está interligada com a capacidade para se mover pelo espaço. Segundo os autores, ao contrário do comboio, transporte moderno por excelência, o carro oferece um tempo instantâneo e intemporal, perfeitamente maleável, que está à mercê da pessoa. Os padrões de mobilidade dentro das áreas metropolitanas da cidade não são hoje lineares, com a população residente na periferia a dirigir-se maioritariamente para o centro para trabalhar e comprar. O carro é o que possibilita essa dispersão no espaço, pois a sua liberdade permite reestruturações nas dinâmicas metropolitanas que um sistema de transportes públicos não conseguiria acompanhar, devido à inconstância das novas centralidades. Segundo Prél, esta mobilidade acaba por se sedentarizar. O crescimento do fenómeno de dupla habitação é um exemplo dessa sedentarização. A mobilidade constante, deste modo, estabiliza-se e cristaliza-se num hábito.

Em simultâneo com a crescente mobilidade, Prél identifica a enraizagem, ou sedentarização, como um fenómeno importante. Espaços como cafés, comércio ou o espaço público tornam-se lugares em que as pessoas passam o tempo imóveis. Mas, do mesmo modo que a mobilidade tem tendência a sedentarizar-se, também a sedentarização tem tido tendências para a mobilidade, nomeadamente através das tecnologias de informação e comunicação. Castells et al. (2007) referem que as comunicações móveis permitem a existência de uma *full time intimate community* a nível de relações sociais. Este conceito de *full time intimate community* refere-se à rede social ou comunidade em que uma pessoa está inserida num contexto de conectividade permanente que resulta da possibilidade, dentro de um espaço urbano, da comunicação imediata com alguém sem restrições de espaço ou tempo, exceto por alguma falha na tecnologia. Este conjunto de possibilidades leva a uma dinâmica social de mobilidade constante através do espaço sem ter que responder a uma tabela temporal precisa, pois a posição tempo-espaço de uma pessoa pode ser sempre negociada

---

<sup>9</sup> Tradução nossa.

com outra de imediato. Em acrescento, Ger (2005) argumenta que as tecnologias de comunicação vieram aquecer o espaço exterior, dando-lhe características de lar, ao permitir contacto com família e amigos em qualquer lado.

No plano geral, temos então uma sociedade de hipermobilidade. Adams (2001) trata criticamente as consequências sociais que advém da hipermobilidade. Segundo o autor, a hipermobilidade gera perigos físicos como o de atropelamento que diminuiu o movimento pedonal nas cidades. Esta redução de movimento pedonal e preferência pelo carro ou outros transportes tem como consequência o aumento da obesidade a nível pessoal. Por outro lado, com o aumento da dispersão espacial, as relações comunitárias quebram-se, o que gera condições para o florescimento da criminalidade dada a criação de uma sociedade de anonimato. Adams também considera que a polarização económica é aumentada através da mobilidade, contrastando o aumento de viaturas com o aumento de pessoas sem carro. Por último lugar, o aumento da mobilidade confere maior poder a instituições de grande escala: governos, órgãos políticos supranacionais, empresas multinacionais. Desse modo, a democracia perde qualidade devido à perda do poder local e da capacidade do cidadão participar nas decisões políticas.

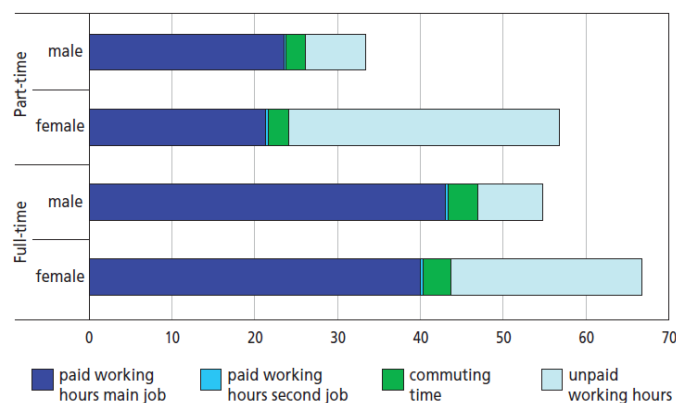
A estes problemas espaciais tem sido associada uma outra dimensão, fundamental para uma visão holística do problema: a dos conflitos do tempo. Pode-se encontrar na *Time Geography* de Hagerstränd uma primeira perspetiva sobre conflitos de tempo, e voltar-se-á a esse trabalho mais tarde. Mas a questão ganhou maior visibilidade quando começaram a surgir políticas que versavam questões temporais, nomeadamente em Itália (Mareggi, 2002; Dommergues e Delfour, 2003; Mückenberger, 2011). Em Itália, no início dos anos 90 surgiu a lei 142 que dava aos *sindacos*<sup>10</sup> competências na coordenação de tempos urbanos, principalmente através da regulação de horários. Em 1994 surgiu o primeiro plano territorial de tempos em Milão. Enquanto isto, algumas experiências de coordenação de tempos na cidade ocorreram na Alemanha. A partir de 1996, através do projeto europeu Eurexter, foi criada uma rede de partilha de experiências entre cidades e universidades de Itália, França, Holanda, Irlanda e Alemanha sobre este tema. As primeiras políticas relacionadas com o tempo surgem em França em 1997 e em 1999 nasce um *Time Office* na cidade de Bremen, na Alemanha. As políticas de tempo foram-se desenvolvendo nestes e noutros países e em 2010 foram aprovadas pelo Congresso das Autoridades Regionais e Locais do Conselho da Europa a Recomendação 295 (2010) e da resolução 313 (2010), favorecendo as políticas locais do tempo. Mareggi (2002) argumenta que dois aspetos centrais na cidade relacionados com o

---

<sup>10</sup> O correspondente na legislação portuguesa seria o Presidente da Câmara Municipal.

tempo estiveram na origem das políticas de tempo: o crescimento e diversidade da população temporária e a interpretação da cidade como agregação dos padrões de uso do espaço no tempo. Segundo Dommergues e Delfour (2003), a passagem da sociedade industrial com datas e horários de produção sincronizados e rígidos para uma sociedade flexível terciária e a individualização dos estilos de vida criaram um *zigzagging* individual na cidade a que as políticas de tempo procuram responder. Vários autores destacam o papel central de mulheres e movimentos femininos na criação e no *lobbying* a favor destas políticas (Mareggi, 2002; Dommergues e Delfour, 2003; Mückenberger, 2011). As medidas tomadas, até hoje, têm-se centrado, nomeadamente, em (i) coordenação de horários escolares e de serviços de puericultura; (ii) coordenação entre horários de trabalho e transporte; (iii) ajustamento dos horários da administração e serviços públicos à disponibilidade e procura dos cidadãos; (iv) melhoramento de acessibilidades e segurança de certos espaços urbanos à noite; (v) revitalização de áreas urbanas através da regulação de horários de abertura; (vi) requalificação de áreas urbanas, tornando-as áreas de uso misto para evitar tráfego excessivo; e a (vii) sincronização ou desincronização de fluxos de mobilidade. Fundamentalmente, as políticas de tempo sempre implicaram uma visão holística, com o objetivo de atingir uma melhor qualidade de vida e coesão social.

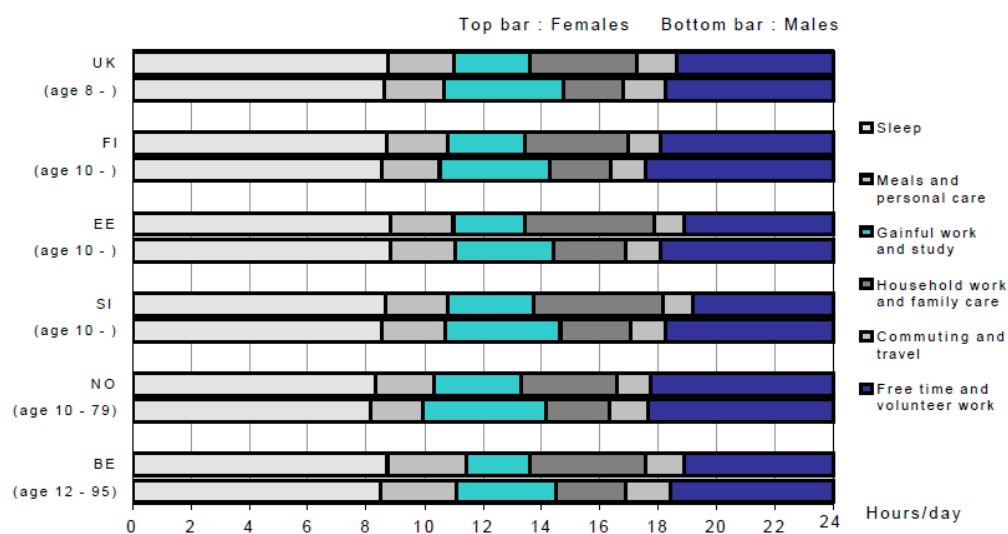
Os conflitos de tempo têm tanto uma dimensão pessoal como uma dimensão sociogeográfica. A nível pessoal, destacam-se como principais conflitos o *time squeeze* e a conciliação trabalho-família. A nível sociogeográfico, destacam-se os conflitos de uso do espaço e os problemas de mobilidade gerados pela excessiva sincronização de fluxos. O *time squeeze*, tratado por Naegele et al. (2003), é a dificuldade do cidadão organizar temporalmente o seu dia a dia e assim ver-se privado de alguma atividade por não a conseguir encaixar no seu horário ou acumular stress por ter que realizar várias tarefas em curtos espaços de tempo. Dale Southerton tem realizado estudos interessantes sobre o *time squeeze* no quotidiano. O autor detalhou este fenómeno em famílias contemporâneas num estudo qualitativo em profundidade no qual ficam patentes as estratégias de alocação e libertação de tempo usadas necessárias para coordenar a vida familiar e social (Southerton, 2003). Num outro estudo (Southerton in Shove et al., 2009), comparou registos escritos de 1937 e 2000 sobre o quotidiano para comparar a sensação de aceleração e de agitação no dia a dia e concluiu que em 2000 a questão da pressa e da aceleração é muito mais visível no discurso das pessoas. A conciliação entre o trabalho e a vida privada é um aspeto central deste problema. Um problema que se encontra ligado a desigualdades de género (Figura 1).



Fonte: Parent-Thirion et al. (2007)

Figura 1– Horas de trabalho (remunerado e não remunerado), por regime de trabalho e género, UE27.

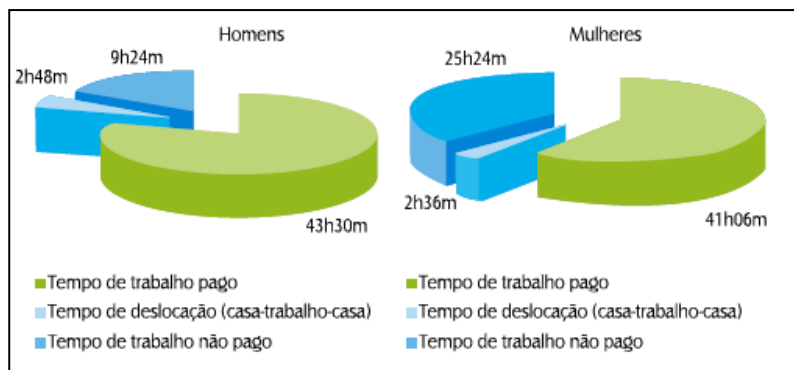
Existe uma diferença de género significativa na divisão do trabalho remunerado e do trabalho doméstico. Em média, as mulheres trabalham mais que os homens porque acumulam os dois tipos de trabalho num dia. Isto influencia a organização dos usos do tempo e a quantidade de tempo livre de cada género. Este é um problema comum aos países Europeus, embora as clivagens estejam mais amenizadas em alguns e mais acentuadas noutros, como se verifica na Figura 2. Esta diferença é evidente em Portugal. As mulheres têm um tempo total de trabalho maior que os homens. Se incluirmos os dois tipos de trabalho, estas realizam em média mais 13 horas por semana (Figura 3). Os homens trabalham em média mais cerca de 2 horas do que as mulheres em termos de trabalho remunerado, mas a clivagem de cerca de mais 16 horas semanais em média realizadas pelas mulheres em trabalho doméstico levam a que as mulheres tenham uma carga horário de trabalho muito superior aos homens.



Fonte: Aliaga C, Winqvist K (2003)

Figura 2 – Médias de uso do tempo por atividade, para mulheres e homens.

Assim, é fácil de perceber como as mulheres terão um *time squeeze* mais acentuado do que os homens. Em particular a dificuldade aqui é conciliar a vida profissional com a vida privada familiar.



Fonte: Torres et al. (2007).

Figura 3 – Média das diferentes formas de trabalho, por género, em Portugal (2005).

Existem também mudanças no modo como o tempo é usado no plano profissional. Adams e van Eerde (2012) referem, com base num estudo realizado com profissionais em Madrid, que existe uma nova policronicidade no tempo de trabalho. O conceito de policronicidade, introduzido por Edward T. Hall (1990), refere-se ao realizar múltiplas atividades descontinuamente alterando entre elas, em contraste com a monocronicidade que se refere a realizar uma tarefa de cada vez. Os autores referem que o tempo de trabalho permanece policrónico, mas agora é caracterizado por “(...) uma maior actividade, mais urgência, um aumento no dinamismo e uma maior consciência acerca de como outras culturas funcionam em relação ao tempo (...)”<sup>11</sup>(Adams e van Eerde, 2012: 200). Para além dos problemas em relação ao trabalho, existem problemas de sincronização no dia a dia. É destacado em obras como a de Dommergues e Delfour (2003) a dificuldade que existe em aceder a serviços, públicos ou privados, quando os horários deste não são em sincronia com a procura dos cidadãos. Kärholm (2009) refere a isorritmia (i.e. todos os ritmos serem um só, estando absolutamente sincronizados) como um processo que ocorre nas cidades à medida que um dos seus elementos se torna hegemónico perante os outros. No caso de estudo do autor, o comércio destaca-se como o elemento à volta do qual os outros ritmos urbanos se organizam. Isto pode gerar uma isorritmia perigosa em que está tudo conforme o mesmo horário, criando desencontros entre procura e oferta. Daí que questões de sincronização e

<sup>11</sup> Tradução nossa.

dessincronização sejam fulcrais para a organização dos tempos urbanos, de modo a manter a cidade e o que oferece acessível para todos os cidadãos.

Para além do nível pessoal destes problemas, existe também um nível sociogeográfico do problema, apesar das dimensões estarem obviamente integradas. Em primeiro lugar, têm surgido conflitos quanto a espaços-tempo específicos, devido aos diferentes e contrastantes usos feitos de determinados lugares urbanos no mesmo período de tempo. A noite é um espaço-tempo relativamente recente e onde têm surgido mais conflitos, tendo surgido recentemente alguns trabalhos sobre o assunto, como o de Teresa Alves (2010). Segundo Gwiazdzinski (2007), existem várias temporalidades que se sobrepõem na noite. Hoje em dia, a noite é já vista como um tempo de trabalho, dada a flexibilização dos horários de trabalho que fez com que essa atividade tradicionalmente diurna fosse entrando na noite. Também o lazer e a cultura eram atividades diurnas que foram entrando pela noite dentro. Espinasse e Buhagiar (2004) argumentam, a partir de um estudo em França, que a noite representa para os jovens entre 19 e 25 anos um tempo de festa, magia e diversão, para além de ser apenas um período temporal destinado ao descanso. Apesar disso, tradicionalmente, a noite é mesmo o tempo de descanso. Segundo Alves (2010: 45), “[n]ão existe uma noite, mas múltiplas noites. A noite é um espaço-tempo com limites fluidos e com naturezas que variam de acordo com diversos aspectos, mas acima de tudo com as diferentes culturas”. Assim, começam a surgir conflitos sobre o uso dos lugares durante a noite, nomeadamente entre aqueles que experienciam a noite como espaço-tempo de descanso e aqueles que vivem a noite como espaço-tempo de diversão ou trabalho. No Bairro Alto em Lisboa, por exemplo, conflitos entre moradores e os utilizadores de espaços de diversão noturna já levaram a Câmara Municipal a tomar medidas no sentido de regulamentar os horários de abertura dos estabelecimentos, embora com poucas consequências. A questão de conciliar as populações residentes e as populações temporárias na cidade, segundo Mareggi (2002), é central nas políticas de tempo urbanas. Da mesma maneira que isto se aplica a espaços-tempo determinados, como o Bairro Alto notívago, também se aplica a toda a cidade enquanto sistema.

É necessário também referir como, resultando destas alterações das vivências espaciais e temporais, a própria experiência do lugar é alterada. A mobilidade através do espaço urbano e as possibilidades de comunicações nesse processo criam uma co-presença de “múltiplos mundos em diferentes modos”<sup>12</sup> (Morse, 1990: 206). Isto num contexto de mobilidade urbana pode exemplificar-se pela possibilidade de uma pessoa fazer um *broadcast* sobre a sua localização momentânea através do *Foursquare* ao mesmo tempo que lê uma

---

<sup>12</sup> Tradução nossa.



mensagem de alguém ou vê uma reportagem sobre outro local através de uma aplicação *mobile e-mail* ou *mobile TV* possibilitada pelas últimas gerações de telemóveis. Os lugares sobrepõem-se em simultâneo. Isto gera uma renegociação do que o lugar é e de como é vivido, pois “ao invés de nos “libertar” do lugar (...) estas tecnologias refocam o indivíduo nas flutuantes e efémeras experiências de lugar\es e no seu impacto no tecido do quotidiano”<sup>13</sup> (Wilken, 2005).

#### **2.4 - Conclusão: as ameaças ao espaço-tempo urbano**

As mudanças que se processaram sobre o espaço urbano nas últimas décadas, nomeadamente as tendências de expansão metropolitana que geram um urbano policêntrico e fragmentado, têm implicações profundas no modo como a cidade é vivida e sentida. O ritmo da vida quotidiana acelera, e as distâncias são grandes e por vezes difíceis de atravessar sem acesso aos meios ideais, bastas vezes o carro. Para além das mudanças na estrutura urbana, a flexibilização laboral empreendida pelos governos Europeus no sentido de dinamizar os mercados e aumentar a competitividade das empresas tem criado desregulações temporais na cidade a nível da conciliação entre trabalho e vida privada. Para além disso, a expansão temporal de vários serviços para a noite criou conflitos a nível das atividades realizadas em determinados lugares. Acima de tudo, é necessário olhar para estes problemas de um modo holístico e perceber que vários fatores, certamente mais do que aqueles aqui referidos, contribuem para o nascimento de dificuldades de conflitos tempo-espaço na cidade. Vendo a cidade como um sistema, não é difícil perceber como estes conflitos de tempo e de espaço geram entropias nesse mesmo sistema, ao impedirem que certas atividades sejam realizadas, ou que certas dinâmicas se mantenham. A resiliência da cidade enquanto sistema é posta seriamente em causa pelas entropias às dinâmicas urbanas. Essa questão, no entanto, terá que ser aprofundada noutros estudos.

O estudo que aqui se empreende procura uma realidade bastante específica dentro do tecido emaranhado de contextos espaço-temporais urbanos: a dos idosos. Os métodos e a metodologia, que se irão aprofundar mais à frente, poderão ser usados para a análise de conflitos espaço-tempo em grupos sociais específicos. Com essa aferição é possível informar melhor a tomada de decisões políticas sobre o espaço urbano no que toca a necessidades específicas de certos grupos que habitam a cidade. Embora não ofereça um plano geral sobre

---

<sup>13</sup> Tradução nossa.

os conflitos espaço-temporais urbanos, este estudo foca um grupo importante de cidadãos. E, como Gehl (2010) referiu, a busca pela qualidade de vida faz-se na pequena escala.

### 3. O envelhecimento da população e a idade idosa hoje

O envelhecimento da população, em particular na Europa, é um fenómeno reconhecido há vários anos pela comunidade científica e pelos atores políticos. Apesar da existência de tentativas para inverter esse processo, as populações europeias continuam a envelhecer. Uma linha de investigação científica sobre o curso da vida, desenvolvida principalmente no campo da psicologia social, tem tentado compreender as mudanças recentes nos cursos de vida das sociedades e como o envelhecimento influencia o quotidiano. Neste capítulo, ir-se-á desenvolver essa e outras abordagens sobre o envelhecimento. Começar-se-á por resumir o panorama do envelhecimento na Europa. Posteriormente, tratar-se-á o curso de vida enquanto conceito científico e as perspetivas sobre o mesmo. Numa fase final, focar-se-á dentro do curso da vida as perspetivas sobre a idade idosa e a sua valorização social.

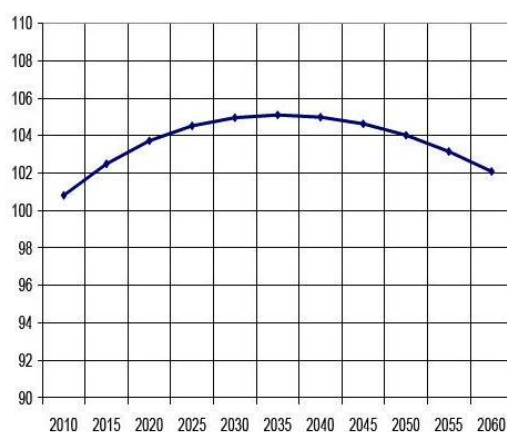
#### 3.1 - Uma População Envelhecida

O século XX teve uma grande transição em termos demográficos, de sociedades com elevados níveis de natalidade e mortalidade para sociedades com baixos níveis de mortalidade e posteriormente de natalidade também (Fernandes, 2008). Esta transição demográfica tem sido associada a uma transição epidemiológica (Omran, 1971), dado que a medicina permitiu progressivamente o tratamento eficaz e a cura de várias doenças infecciosas e transmissíveis, passando a principal causa de morte para as doenças crónicas (como cardiovasculares) ou degenerativas (como cancro). Esta transição epidemiológica permitiu a redução da taxa de mortalidade e o aumento da esperança média de vida, o que levou a um grande crescimento populacional a nível mundial durante o século XX. No entanto, numa fase posterior, verificou-se um recuo da natalidade nos países desenvolvidos. Estes, “que muito mais cedo passaram pela transição demográfica, crescem a um ritmo lento, em muitos casos próximos de zero ou mesmo em *decréscimo populacional*”<sup>14</sup> (Fernandes, 2008: 35). De facto, este decréscimo da população é a grande projeção existente a nível populacional para o século XXI a nível Europeu, como está patente na figura 4. Neste momento, o continente Europeu é já o

---

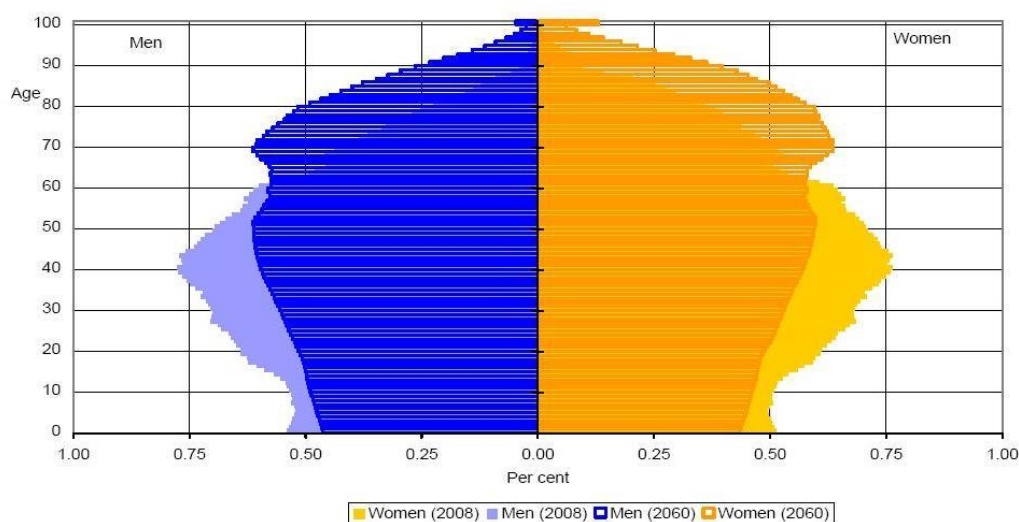
<sup>14</sup> Itálico no original.

continente mais envelhecido do mundo, e o facto de ter os índices de fecundidade mais baixos faz com que a previsão seja de um aumento da população idosa, como se verifica na figura 5. Até agora, os fluxos de migração têm sido um fator preponderante para manter a população europeia estável. Ainda assim, a projeção principal é que este será o século do envelhecimento global (Wilson, 2006). Este fenómeno, associado às mudanças societárias já referidas, estabelece uma nova realidade urbana, podendo mesmo referir-se a existência de uma «revolução grisalha» (Ferreira, 2002). Neste contexto, as cidades precisam de estar preparadas para providenciar uma qualidade de vida aceitável para uma população envelhecida. As características desta população mais envelhecida estão em mudança, tal como as sociedades e as cidades onde vivem.



Fonte: Giannakouris, 2008.

Figura 4 – População projetada para o dia 1 de Janeiro nos anos seleccionados, EU27. 2008=100.



Fonte: Giannakouris, 2008.

Figura 5 – Pirâmides da população da EU27. 2008 versus 2060.

### 3.2 - O Curso da Vida Instituído

Elder e O’Rand (1995) definem o curso da vida enquanto conceito como a sectorização por idades de padrões de vida específicos. Esta sectorização é legitimada por instituições sociais mas está sempre sujeita a mudanças históricas. O curso da vida, segundo estes autores, não é algo perfeitamente natural. Existem associações entre determinados padrões comportamentais e algumas idades que são fruto do ideário social. O conceito de idade idosa é uma destas setorizações do curso de vida. Teixeira Fernandes (2005: 225) refere que “[a] forma como se vive a velhice é uma função da configuração da sociedade, do modo como se desenvolve a economia, do tipo de vivência familiar e das características do parque habitacional. Estes fatores agem como condicionantes ou mesmo como determinantes da vida dos idosos no mundo contemporâneo. Há uma construção social da velhice de harmonia com estas diversas variáveis.” Elder (1975) distinguiu três perspetivas sobre a diferenciação de idades que ajudam a perceber como o curso da vida é uma construção. A primeira refere-se ao tempo da vida, que é o processo de envelhecimento associado aos processos fisiológicos pelos quais a pessoa passa pelo decorrer do tempo, que têm um decorrer próprio associado à espécie humana, mas que se pode diferenciar bastante de pessoa para pessoa, consoante ela é ou não fustigada por doenças, acidentes, eventos traumáticos, etc. Depois, existe a perspetiva do tempo social. Esta trata-se da cronologia dos estágios da vida e dos papéis sociais padronizados que são associados a cada estágio. Por último, o autor define o tempo histórico, isto é, a localização do nascimento da pessoa no processo histórico. Essa localização em determinada época irá determinar também o padrão cultural associado à pessoa. Dando um exemplo simples, alguém que nasceu na década de 1980, deverá saber lidar com *compact-discs* mas não com gramofones, pois essa é uma tecnologia de outra época, já ultrapassada. Certamente, esta perspetiva tem um teor determinístico e deve ser aplicada com cautela. Elder e Rockwell (1979) defenderam que estes três fatores devem ser tidos em conta na análise do curso da vida numa perspetiva ecológica pois todos estes fatores entram em jogo na definição das ações humanas. Autores como Schroots e Birren (1980) mantêm uma distinção entre o curso da vida natural e o curso da vida social, descartando a problemática noção de tempo histórico e acrescentando uma útil noção de idade psicológica. Distinguem-se neste prisma a idade biológica, a idade social e a idade psicológica. A primeira, na mesma linha de Elder, está relacionada com a capacidade física e as suas oscilações decorrentes do processo biológico e a segunda, também em sintonia com Elder, refere-se aos papéis que se espera que a pessoa assuma na sociedade em conformidade com a sua idade biológica. Já a idade psicológica

relaciona-se com a condição mental da pessoa, com a sua capacidade adaptativa às mudanças da sociedade e à sua percepção de si mesma.

Estas distinções ajudam-nos a perceber como aquilo a que a sociedade associa a determinada idade não é necessariamente o mesmo que fisiologicamente acontece, ou o que a pessoa sente. Um jovem, por exemplo, não é necessariamente irrequieto, embora isso seja associado à juventude. O que a sociedade associa a uma idade pode também não ser aquilo a que corresponde psicologicamente a uma pessoa. Um idoso, por exemplo, pode fazer um uso prolífico da internet, apesar de essa ser uma atividade associada a jovens e adultos. Naegele et al. (2003) argumentam que o curso da vida socialmente construído manifesta-se na forma de uma cronologia *standard*, que tem o objetivo de ser adaptada à biografia pessoal. Os limites de idade socialmente determinados oferecem referências biográficas para a pessoa. Cada estágio congrega uma série de comportamentos sociais, opções de trabalho (formação, trabalho remunerado ou doméstico), e atividades lúdicas a que lhe são associados. Assim, estes autores defendem que o curso de vida, para além de socialmente construído, encontra-se institucionalizado. E de que modo é institucionalizada essa cronologia? Naegele et al. indicam que são o trabalho e os sistemas de educação e segurança social que institucionalizam as fases do curso da vida. Regras institucionais podem definir o início e fim de um estágio da vida. O fim da escolaridade obrigatória, por exemplo, pode marcar o fim da adolescência. Já a idade de reforma pode marcar a expectativa do início da terceira idade. No entanto, é importante não aplicar esta perspetiva de modo determinista, dado que apesar da presença destes fatores sociais e institucionais na determinação do curso da vida, a ação individual, as oportunidades e as capacidades para fazer escolhas têm um impacto real no modo como as pessoas vivem o seu dia a dia.

### **3.3 - O Curso da Vida Realizado**

Face à existência de um curso de vida a ser realizado, é importante perceber as dinâmicas entre a ideia de curso de vida e os comportamentos efetivos das pessoas em relação à sua idade. Aqui, existem alguns aspetos a ter em conta na realização do curso de vida. Primeiro, existe a questão entre a escolha e a standardização da biografia. Naegele et al. (2003) distinguem entre a noção de biografia escolhida, em que o curso da vida é o resultado de preferências individuais e escolhas que podem resultar em diferentes organizações do tempo pessoal em cada estágio da vida; e de biografia standardizada, em que as opções no curso da vida são virtualmente impossíveis porque as normas sociais dominantes e as regras institucionalizadas determinam o típico curso da vida que é largamente semelhante em vários setores da sociedade. Estando a performance do curso da vida algures entre as opções

personais (conforme a idade biológica e psicológica) e as regras institucionalizadas (conforme a idade social e institucionalizada), Naegle et al. recorrem ao institucionalismo centrado no ator<sup>15</sup> como modo de reconciliar estas duas noções. Scharpf (1997), um dos principais teóricos desta perspectiva, defende que nem a ação humana pode ser explicada somente pelas regras institucionalizadas e pela pressão social, nem se pode crer que as pessoas são oniscientes, racionais e completamente otimizadoras das oportunidades, ou que agem sem interesse pelas regras estabelecidas. Esta perspectiva ajuda-nos a compreender melhor as interações entre a preferência individual e a construção social do curso de vida no que toca às opções tomadas em cada estágio da vida. Embora o curso da vida seja social e institucionalmente definido, a preferência individual tem preponderância na escolha do seu modo de vida em adequação à sua idade.

Em relação à realização do curso de vida, é de salientar que este não tem apenas uma dimensão temporal. Os estágios do curso de vida têm também uma dimensão espacial importante. Shaw (2001) defende que a realização do curso da vida tem implicações na escolha do ambiente em que a pessoa se quer inserir. O ciclo da vida, sendo algo a ser feito, tem momentos certos para se realizarem alguns atos (casar, ter filhos...) mas também os lugares apropriados onde se fazer esses atos. Segundo a autora, mudanças físicas ajudam as pessoas a adaptarem-se a novas identidades e estágios da vida. Um exemplo é a tradicional mudança de jovens adultos para novas habitações, como as residências universitárias, no sentido de serem apresentados a responsabilidades de adulto. Neste contexto, existe uma associação entre tempo e lugar, existindo uma projeção e uma introjeção do lugar. Isto é, certos lugares estão associados a determinadas temporalidades, sendo essas temporalidades assumidas como parte natural do lugar. Essa é a projeção. Ao viver nesse lugar, a pessoa irá adaptar-se, mais ou menos facilmente, à temporalidade imaginada do mesmo, havendo uma introjeção do ritmo do lugar na pessoa. Isto significa que certos lugares são vistos como adequados a certas idades, pois essas estão por si associadas a determinadas atividades. A terceira idade, por exemplo, é associada ao descanso e a um andamento lento. Um jardim, lugar para contemplação e repouso, é visto como um lugar apropriado onde um idoso usar o seu tempo, ao contrário de outros sítios na cidade.

A aplicação do conceito de ciclo de vida no quotidiano torna-se mais clara se se tiver em conta uma perspectiva fenomenológica. O conceito de consciência temporal interior de Husserl (1991 [1893-1917]) ajuda-nos a perceber isto. Husserl apresentou uma visão tridimensional da temporalidade humana, em que dentro da experiência do presente, existem

---

<sup>15</sup> *Actor-centred Institutionalism* no original.

sempre aspetos retentivos (i.e. o que se retém do passado) e protentivos (i.e. o que se antecipa do futuro). Heidegger (2008 [1927]) viria aprofundar este conceito ao teorizar a existência humana como um ser-aí<sup>16</sup>, i.e., uma existência que tem a temporalidade e a espacialidade como dimensões ontológicas fundamentais, compreendendo, na linha de Husserl, esse ser-aí como uma experiência do presente em simultâneo com o passado e o futuro. Esta abordagem da experiência humana enquanto uma temporalidade e uma espacialidade em constante agência consciente do passado e do futuro perspectiva-nos como o curso da vida, portanto, é realizado gradualmente por estágios, através de atos, comportamentos e ritmos específicos em cada um dos estágios. A determinação desses atos, comportamentos e ritmos, embora sujeitos às expectativas e julgamento dos outros, variam de acordo com as preferências individuais. Existem seis princípios que caracterizam o curso da vida, definidos por um conjunto de teóricos (entre os quais destacam-se Riley, 1979; Elder, 1994, 1997; Elder and Johnson, 2001; Marshall e Mueller, 2002; Naegle et al., 2003), que se apresentarão aqui:

1 – O envelhecer consiste em três processos diferentes, os quais já referimos: o biológico, o psicológico e o social.

2 – O desenvolvimento humano e o envelhecer são processos que duram uma vida, e são feitos de várias transições. Estas transições não são eventos isolados, ocorrem durante toda a vida e em vários aspetos. Marshall e Mueller (2002) fornecem o exemplo da reforma laboral: esse não é um evento singular mas está inserido numa trajetória de transições laborais, como promoções ou despedimentos e dificuldades em encontrar novo emprego.

3 – O *timing* das transições da vida tem consequência nas transições seguintes. Ou seja, cada transição, e o modo como acontece, terá efeitos no estágio e na transição seguintes da vida, tanto em termos de *timing*, como em termos de ordem. Os estágios da vida devem ser vistos não como segmentos isolados mas tendo em conta as fases precedentes e posteriores. Este princípio e o anterior estão ligados ao conceito já apresentado de *path dependence*. Este conceito aplica-se em situações em que as opções atuais estão limitadas por opções que se realizaram anteriormente por ser necessário despende demasiada energia para sair da trajetória. O exemplo do teclado QWERTY, que limita as características das possibilidades de *design* de teclados hoje em dia por já ser a base conhecido pelos utilizadores de teclados não disponíveis para aprender uma nova, é clássico (David, 2007). Considera-se que as opções dependem da trajetória percorrida.

---

<sup>16</sup> *Dasein* no original.



4 – Tempo e lugar histórico importam. O curso da vida das pessoas ocorre em lugares e tempos históricos que influenciam a maneira como as pessoas vivem, pois oferecem oportunidades ou causam constrangimentos.

5 – As vidas são vividas interdependentemente e as influências sociohistóricas expressam-se nesta rede de relações. Isto quer dizer que as opções que cada pessoa toma em cada estágio da vida são influenciadas pelas opções que as outras pessoas de significância estão a tomar no mesmo momento histórico.

6 – O agir humano não pode ser descurado. As pessoas constroem as suas vidas através das suas próprias escolhas, dentro das oportunidades e constrangimentos das suas circunstâncias históricas e sociais. É o agir humano que irá gerar mudança social, caso uma nova geração interprete e realize uma fase da vida com um modo de vida diferente.

Deste modo, compreende-se como apesar de fatores históricos e sociais serem importantes, a agência humana também importa, não só a nível de escolhas presentes, mas a nível de como escolhas anteriores influenciam as escolhas atuais.

### **3.4 - O curso da vida na contemporaneidade**

A tripartição (fase educativa, fase de trabalho e fase de reforma) do curso da vida tem sido o modelo predominante nas últimas décadas nas sociedades modernas (Hervé, 2001; Ferreira, 2002; Naegle et al. 2003). No entanto, hoje as pessoas conduzem as suas vidas e constroem biografias específicas que se tornam cada vez mais diferenciadas entre si, não só devido à maior autonomia pessoal, mas também devido à complexificação da modernidade (estilos de vida plurais e flexibilidade laboral).

A primeira fase da vida – nascimento, infância, juventude – é marcada por ser o tempo da formação pessoal. Hervé (2001) refere que este tempo de formação pessoal está a tornar-se mais longo e verifica-se a emergência de uma sociedade educativa, com a noção de educação e formação ao longo da vida. Efetivamente, o período de formação escolar obrigatório está a tornar-se mais longo, e a percentagem de população com formação superior está a tornar-se maior, o que resulta num aumento da idade média de entrada na vida profissional. Paralelamente, as idades médias de saída de casa e de casamento também aumentam. Prél (in CERTU, 2001) refere que isto resulta numa maior dependência dos jovens perante os seus pais ou tutores legais. Por outro lado, os jovens também se tornaram um importante segmento consumidor na sociedade. Prél sublinha que os jovens, tal como os idosos, representam na sociedade a criação de dois novos tempos com inovações e diferentes procura. Belloni (1998), numa análise a políticas espaço-temporais, refere que estes dois grupos têm sido recentemente vistos como novas minorias com direitos.

A passagem da fase de formação para a segunda fase – a do trabalho – complexificou-se em tempos mais recentes. Isto acontece porque existem pessoas em variadas situações: pessoas que entram mais cedo no mercado de trabalho, pessoas que seguem os estudos até ao fim da formação universitária, pessoas que conjugam as duas modalidades, pessoas que alternam trabalho e estudos por fases. A crescente flexibilização laboral permite às empresas contratar e despedir mais facilmente, o que gera instabilidade laboral nas pessoas que estão a entrar agora no mercado laboral. Naegele et al. (2003) referem que existe hoje uma primeira fase a nível de emprego que se caracteriza exatamente por ser preenchida de trabalhos a curto prazo, *part-time* ou estágios, que são intercalados com acções de formação até que a pessoa consiga um trabalho “principal”.

O principal aspeto que se pode referir em relação à fase de trabalho da vida é sem dúvida a perda da sua uniformidade (Hervé, 2001). A fase de trabalho contemporânea é geralmente vista como tripartida (Naegele et al, 2003; Torres et al., 2007). A primeira é a fase de transição que já referimos. A segunda é aquilo a que Torres et al. referem como a *rush hour of life*. Dayan (2001) refere que a maior parte da população activa (72%) está entre os 25 e 49 anos. Esta será, por alto, a *rush hour*. O autor defende que, apesar disto, o ciclo de vida laboral não se encurtará: existe uma diferença geracional, os jovens que agora entram mais tarde na vida ativa também irão provavelmente sair mais tarde. Esta fase trata-se da *rush hour* por dois motivos: é a fase em que se tem filhos e é a fase em que o emprego é mais fixo e a tempo inteiro. O que acontece é que existe dificuldade em conciliar o tempo laboral com o tempo de trabalho doméstico e de apoio aos filhos. Quando se refere à terceira fase da vida laboral, já estamos a entrar no conceito de idade idosa.

### **3.5 - O que é hoje a idade idosa?**

O que era referido como a terceira idade deixa de fazer sentido que assim o seja, dadas as mudanças que começam a surgir em todo o curso de vida que estabelecem mais fases ao longo da vida. Para além disso também a idade idosa é cada vez mais ela própria setorizada e heterogénea. Segundo Teixeira Fernandes (2005), geralmente assume-se em Portugal que a idade idosa começa aos 65 anos. No entanto, o autor argumenta que esse é um critério meramente administrativo que se tornou ponto de referência geral. Teixeira Fernandes (2005; 224) refere que o adiamento da mortalidade criou “uma descoincidência entre o envelhecimento biológico e o envelhecimento na sua aceção social e política”, e identifica três fases da idade idosa que não correspondem necessariamente a critérios político-administrativos ou sociais. Também Hervé (2001) se refere a três períodos das pessoas idosas. Outros autores (e.g. Walker, 2002) dividem a idade idosa em duas fases: a terceira e a quarta

idade, mas uma perspetiva de tripartição parece mais adequada, devido às características distintas que se podem encontrar em cada fase que abaixo se explicarão.

Segundo Teixeira Fernandes (2005), a primeira fase da idade idosa é ainda encarada em função do trabalho. É em Portugal uma fase de precariedade: a partir dos 40, 50 anos a população sem formação técnico-profissional pode ver o seu lugar no emprego ameaçado. Nesta fase, existe já o paradoxo de se ser idoso e não se sentir velho. Essa avaliação é subjetiva. Hervé (2001) refere que nesta fase as pessoas mantêm a sua autonomia, viajam, fazem desporto, partilham o seu saber e cultivam-se mentalmente. Este autor destaca dois fenómenos recentes de atividade nesta fase: o apoio à família e a mobilidade.

Na segunda fase é preciso reinventar a vida e gerir a existência. O não fazer nada torna-se uma “chatice” e obriga a pessoa a recriar a vida. Teixeira Fernandes (2005: 230) indica que “[c]edo se descobre que é indispensável introduzir um novo ritmo e outras inércias, deixando de se ficar entregue à fruição do instante. É então que a pessoa se confronta com o tempo. A existência desenrola-se em função deste e da necessidade de o enfrentar.” As principais preocupações desta fase, segundo o autor, são não ter sofrimento e não ser um peso aos outros. As principais oportunidades são ativar uma rede de amizades, avivar a memória, ter novos saberes e alargar o campo da experiência. Hervé (2001) refere que neste período procura-se mais as coletividades, seja recreativas ou de ex-trabalhadores. Tanto nesta como na primeira fase, tem sido identificado um aumento de atividades de lazer, nomeadamente turísticas, na idade idosa (Ferreira, 2002).

A terceira e última fase, segundo Teixeira Fernandes (2005), é a velhice propriamente dita. Esta é marcada pela perda de capacidade de participar na vida social. Aqui, confronta-se a inevitabilidade da morte – começando pela morte do ser social e pela destruição do estilo de vida. Hervé (2001) acrescenta que nesta fase as pessoas precisam de mais assistência para efetuar algumas atividades diárias.

Estas fases devem ser entendidas como meras balizas conceptuais, e nunca como valores absolutos, dado que, como foi referido, as fases do curso da vida são construídas e não podem ser vistas de uma perspetiva determinista. A colocação de cada pessoa numa fase dependerá de vários fatores, como a sua condição física, mental e psicológica.

### **3.6 - Como é vista a idade idosa hoje?**

João Barreto (2005) refere que existe hoje uma banalização do idoso. Esta faixa etária deixou de ser vista como um grupo de anciões respeitados e passou a ser vista como um encargo para a sociedade. Também Teixeira Fernandes (2005) refere que, ao contrário do que se passava tradicionalmente, em que era visto como fonte de saber, o idoso é hoje visto como

uma pessoa passiva e ignorada. Surge então como um problema complexo em sociedades individualistas e competitivas, dado que se sente que é um cidadão que precisa de ajuda e solidariedade. O sociólogo afirma que a inatividade do idoso surge como uma perturbação à lógica neoliberal da sociedade, pois é vista como um peso insuportável para a economia social das sociedades pós-industriais e portanto “[a] velhice perde a sua significação simbólica e passa a pertencer à ordem da não rentabilidade económica” (Fernandes, 2005). Os principais problemas apontados neste nível são o peso do sistema de pensões e das despesas com a saúde e a criação de novas infra-estruturas de apoio à terceira idade. Teixeira Fernandes refere também que o idoso não encontra lugar na habitação pequena que o mercado imobiliário tem como oferta. Não tendo lugar na casa, o idoso torna-se um incómodo para aqueles com quem habita. Apesar deste postulado, que é comum na sociedade, existem estudos que contestam empiricamente esta ideia de que o idoso é visto como um encargo para a sociedade, e em particular para os mais jovens. Keck e Agnes (2008) apresentam um estudo cujos resultados apontam para que a noção de conflito geracional seja um mito. Através de um inquérito a nível europeu, os autores concluem que a maioria dos europeus não se apercebe de tensões entre velhos e novos e essa perceção estende-se a todos os escalões etários e países estudados. Concluem também que é geralmente aceite a noção de que os filhos adultos têm a responsabilidade de tratar dos seus pais velhos se eles já não podem viver por si mesmos. Em relação à visão do idoso como um encargo para o Estado que Teixeira Fernandes afirma existir, Keck e Agnes concluíram que os jovens acham que o apoio ao idoso deve ser pago por dinheiro público e que são os próprios idosos que menos concordam com essa premissa. Já no que toca a sistemas de pensões, existe realmente menos confiança em relação a esse aspeto. Apesar destes factos, o papel do idoso na sociedade nem sempre é claro e tem-se prestado atenção recentemente à discriminação das pessoas pela idade. Sibila Marques (2011) refere que os idosos são um segmento populacional especialmente afetado pelo *idadismo*. O conceito de *idadismo* refere-se à categorização social da pessoa pela única variável da idade (como a cor da pele o é para o racismo ou o género para o sexismo), posta em prática através de estereótipos, preconceitos e discriminação às pessoas em causa. Pode ser visto enquanto uma aplicação extrema e pejorativa da idade social. A autora analisa a discriminação social das pessoas idosas em cinco tropos – o trabalho, os equipamentos sociais, a saúde, os meios e comunicação e a comunidade – e defende que, em Portugal, o *idadismo* é principalmente centrado nos idosos.

## **4. O idoso, a cidade e a qualidade de vida**

O aumento da população idosa nas sociedades europeias teve o seu paralelo no aumento da preocupação política sobre a qualidade de vida da população idosa. Desde os anos 80 do século passado, a Organização das Nações Unidas tem promovido assembleias mundiais com especialistas científicos e atores políticos para debater as respostas ao envelhecimento. Conjuntamente com estudos científicos que foram proliferando desde os anos 60, estes documentos serviram para criar um debate sobre a qualidade de vida em idades avançadas, cunhando-se os conceitos de «envelhecimento com sucesso» e mais tardiamente «envelhecimento ativo». Aqui, faremos uma curta síntese sobre essa evolução e, posteriormente, apresentar-se-á o estado da arte sobre as perspetivas acerca do papel da cidade no bem-estar do idoso.

### **4.1 – Envelhecimento e Bem-estar Subjetivo**

Desde a primeira Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento (Vienna, 1982), o bem-estar da população idosa é uma preocupação central. Para garantir o bem-estar e a qualidade de vida, as questões urbanas sempre foram incluídas. A cidade e o espaço urbano são fundamentais para a qualidade de vida dos seus habitantes – esta é uma premissa há muito estabelecida nas ciências sociais. No caso dos idosos, o espaço urbano, desde a sua forma às suas nuances mais discretas, é tido como uma variável que influencia ainda mais as possibilidades no dia a dia.

No Plano de Ação Internacional sobre o Envelhecimento das Nações Unidas (UN, 1983), que emergiu da primeira Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, os princípios defendiam a promoção das atividades, segurança e bem-estar dos idosos. Para este efeito, foram definidas 51 recomendações em sete campos de ação: saúde e nutrição, proteção de consumidores idosos, habitação e ambiente, família, segurança social, emprego e segurança de rendimentos, e educação. Para o que se aqui se trata as mais importantes são as recomendações 20 e 22, no campo da habitação e ambiente, abaixo transcritas:

#### **Recommendation 20**

Urban rebuilding and development planning and law should pay special attention to the problems of the aging, assisting in securing their social integration.”

#### **Recommendation 22**

Special attention should be paid to environmental problems and to designing a living environment that would take into account the functional capacity of the elderly and facilitate mobility and communication through the provision of adequate means of transport.

The living environment should be designed, with support from Governments, local authorities and non-governmental organizations, so as to enable elderly people to continue to live, if they so wish, in locations that are familiar to them, where their involvement in the community may be of long standing and where they will have the opportunity to lead a rich, normal and secure life.

Estas recomendações demonstram existir já uma preocupação com o ambiente urbano, dada a sua importância para a melhoria da mobilidade e integração social dos idosos. O seu foco está na mobilidade como meio para garantir uma contínua participação na sociedade.

Desde então o conceito de envelhecimento com sucesso surgiu na comunidade científica. Havighurst (1961) havia apresentado uma conceptualização original do envelhecimento com sucesso, que haveria de ser desenvolvido por outros autores (Baltes e Baltes, 1990; Rowe e Kahn, 1998) num momento em que a questão do envelhecimento ganhava visibilidade no plano político. Este conceito de envelhecimento com sucesso é essencialmente o que mais tarde ficaria cunhado como envelhecimento ativo. A partir da segunda Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, em 2002, definiu-se o envelhecimento activo como “o processo de optimização de oportunidades para a saúde, participação e segurança com vista a melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem”<sup>17</sup> (WHO, 2002: 12). É referida a importância da participação contínua nos assuntos sociais, económicos, culturais, espirituais e cívicos, para além da capacidade de ser fisicamente ativo, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida e aumentar a esperança de vida. A saúde, participação e segurança são os três pilares em que as recomendações de políticas que surgiram da segunda Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento. Nestas são também referidos aspetos relativamente ao papel que o espaço urbano tem neste plano, como a nível de ambientes seguros e *age-friendly*, possibilidade de atividades físicas, disponibilidade de transportes e uma vivência livre de barreiras. Aqui o foco na importância do espaço urbano muda de uma mera atenção à mobilidade para um foco também na segurança. Mas acima de tudo, o conceito de envelhecimento ativo teve a importância de apresentar o espaço e o ambiente urbano como meios para possibilitar uma vida saudável. São também feitas recomendações neste documento que se podem considerar como implicitamente referentes

---

<sup>17</sup> Tradução nossa.

ao uso do tempo, como o apoio e o contacto social ou a possibilidade de envelhecer em casa e na comunidade. A capacidade para manter uma rede social forte é um importante fator para o uso do tempo e a qualidade de vida do idoso. Empiricamente verifica-se uma diminuição significativa do tamanho da rede social ao longo dos anos de vida (Paúl et al., 2001). Também Fernandez-Ballesteros (2002) refere que existem fortes relações entre apoio social e saúde e bem-estar em vários contextos e culturas, e em especial na velhice. Paúl (2005: 284) refere:

“O envelhecimento activo é um processo que diz respeito a todas as pessoas e uma tarefa de curso de vida. Ao nível da sociedade cabe a responsabilidade de criar espaços e equipamentos sociais, diversificados, seguros e acessíveis aos mais velhos, garantir e fomentar a sua participação cívica, a todos os níveis da decisão. A promoção da vida social, solidária e voluntária, o exercício da cidadania é uma responsabilidade colectiva e dum dever e direito individual. A rede de suporte social de cada um e principalmente a existência de relações significativas (confidentes), deve corresponder a um investimento afectivo e solidário e constitui seguramente um capital decisivo ao longo da vida e também durante o envelhecimento.”

Mais recentemente, a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2007) lançou um guia específico para as cidades para as tornar *age-friendly* e, especialmente, para permitir o envelhecimento ativo. Esta guia tem oito secções de recomendações, sendo estas: espaços exteriores e edifícios; transportes; habitação; participação social; respeito e inclusão social; participação cívica e emprego; comunicação e informação; e apoio comunitário e serviços de saúde. Este guia defende que “a paisagem da cidade, os edifícios, o sistema de transporte e a habitação contribuem para a mobilidade confiante, comportamento saudável, participação social e auto-determinação ou, ao contrário, contribuem para isolamento e medo, inatividade e exclusão social”<sup>18</sup>. Portanto, salienta-se que a cidade não deve ser desenhada para a “mítica pessoa média” mas sim para diferentes utilizadores com diferentes idades e níveis de capacidade. O estudo que aqui se apresenta está interessado em identificar justamente as necessidades de um grupo heterogéneo destes diferentes utilizadores.

Em suma, a cidade e o espaço urbano tem sido progressivamente vistos como capacitadores, tendo uma importância fulcral na qualidade de vida dos seus habitantes, em especial dos idosos. A contribuição do espaço urbano para a qualidade de vida não se baseia meramente na mobilidade pela mobilidade, mas por permitir uma vida activa com contributos benéficos para a saúde da pessoa, tal como potenciar as relações sociais que têm uma importância enorme para o bem-estar psicológico. De acrescentar também que o acesso a bens e serviços, elemento básico de uma sociedade justa, pode ser potenciado ou constringido pelas qualidades do espaço urbano.

---

<sup>18</sup> Tradução nossa.

#### **4.2 - O papel da cidade no bem-estar do idoso: aspectos espaciais e temporais**

Estabelecido que o espaço urbano desempenha um papel fundamental na qualidade de vida dos idosos, importa perceber mais concretamente de que modo tal se processa. Rowles (1978) efetuou um estudo seminal em que analisou separadamente quatro modalidades através das quais os idosos experienciam o espaço. A primeira modalidade foi a da ação. Esta designava a interação física direta com o ambiente imediato, o ambiente do dia a dia (e.g. a casa ou o bairro), e os ambientes ocasionais. A segunda era a da orientação, ou seja, as referências que a pessoa encontra para diferenciar o ambiente e marcar caminhos. Depois, a dimensão sentimental de ligação ao lugar, num sentido mais humanista próximo dos trabalhos de Yi-Fu Tuan (1974, 1977). Por último, tratou a modalidade da fantasia, que se refere a ter a experiência geográfica mentalmente em lugares que existem noutro tempo-espaço. Talvez a mais interessante proposta teórica de Rowles é a consideração de que à medida que a capacidade para efetuar a experiência geográfica numa modalidade diminui, outras podem aumentar. Por exemplo, à medida que a capacidade para interagir espacialmente diminui, o espaço pode ser mais experienciado pela modalidade da fantasia – através da memória ou da arte. O mesmo autor em 1986 escreveu um artigo sobre a evolução de estudos sobre o uso do espaço pelos idosos, que se focavam, na altura, na relação entre os idosos e os lugares que habitam. Em contraste, Warnes (1990) argumentou que o foco devia passar para as necessidades dos idosos, enquanto que Harper e Laws (1995) defenderam uma abordagem crítica ao problema, criticando as perspetivas positivistas sobre o assunto. Segundo Andrews et al. (2007) os estudos no campo indefinido daquilo a que chama de Gerontologia Geográfica tem desde então oscilado entre perspetivas quantitativas, de estudos sobre distribuição populacional, migrações ou geografias da saúde, e perspetivas qualitativas, seja abordagens críticas às representações do envelhecimento ou abordagens ao ambiente vivido.

Nos últimos anos, alguns estudos têm tentado analisar a relação entre os idosos e o espaço com métodos mistos. Wennberg et al. (2009) analisaram as perceções dos idosos em relação ao ambiente exterior urbano. Segundo o estudo, os idosos consideram as questões de acessibilidade no ambiente exterior muito importantes. Os questionários realizados mostram uma importância acrescida das barreiras à medida que a idade dos inquiridos aumenta. As variáveis individuais mais importantes em termos de diferenças na perceção do ambiente exterior são as limitações funcionais e o uso de instrumentos de mobilidade reduzida. Em congruência, os idosos com limitações funcionais dão mais importância às questões de



acessibilidade do que pessoas sem limitações. Já outros estudos apresentavam conclusões semelhantes (Shumway-Cook et al., 2002). Por outro lado, os fatores percebidos como os mais importantes para os idosos no geral não são exatamente os mesmos encontrados entre os fatores mais importantes para os idosos com mais de 80 anos, o que é coerente com a divisão da idade idosa em estratos diversos apresentada anteriormente. De facto, os autores afirmam que estes resultados provam que é importante uma definição clara do envelhecimento e dos seus subgrupos, para não se tratar a terceira idade como um único grupo homogéneo na análise da acessibilidade e usabilidade do ambiente exterior. Risser et al. (2010) analisaram as principais barreiras à mobilidade dos idosos na Europa, com recurso a métodos qualitativos e quantitativos, tendo como inquiridos tanto idosos como especialistas em gerontologia. No espaço público, as principais barreiras identificadas foram carros em alta velocidade e falta de casas-de-banho. Por outro lado, as principais medidas pretendidas foram a regulação da velocidade dos carros nas estradas, e a existência de transportes públicos com acessos facilitados como autocarros com o chão baixo. Fadda et al. (2010) efetuaram também um estudo relativamente a como os idosos se apercebem do valor do espaço urbano em Valparaíso, uma cidade chilena considerada Património Mundial pela UNESCO. Este caso em particular é interessante pois os autores concluem que, apesar da topografia irregular da cidade criar dificuldades aos habitantes idosos, são também as áreas mais irregulares da cidade que têm maior significado para os idosos e onde a comunidade e as relações humanas são mais fortes. É um caso em que a ligação sentimental é suficientemente forte para minorizar dificuldades existentes a nível de ação no espaço. Em Portugal, um estudo do Centro de Estudos e Desenvolvimento Urbano e Regional (2008) identificou a falta de espaços de convivialidade, a degradação das infra-estruturas de habitação e a dificuldade em realizar tarefas domésticas como os principais problemas em que os idosos necessitam de apoio. Da informação retirada destes estudos podem-se enumerar algumas conclusões principais:

1. À medida que a capacidade física diminui ao longo do ciclo da vida, os obstáculos no espaço público aumentam e são mais difíceis de ultrapassar.
2. A existência de equipamentos de suporte (por exemplo: casas de banho públicas, transportes públicos com acessos facilitados, instrumentos de mobilidade reduzida) permite a manutenção da mobilidade por mais tempo.
3. À medida que a capacidade para se mover no espaço diminui, outras maneiras de experienciar o espaço tornam-se mais importantes, como a experiência através das redes sociais e familiares ou a fantasia sobre lugares passados.

O estudo dos aspectos temporais do quotidiano dos idosos tem sido feito independentemente dos estudos dos aspetos espaciais. Gauthier e Smeeding (2003) fazem

uma revisão dos estudos de alocação de tempo no que respeita aos idosos. Com o conceito de envelhecimento com sucesso (*vide supra*) no plano de fundo, vários estudos verificaram empiricamente a relação entre padrões de uso de tempo e indicadores de bem-estar, baseando-se em amostras pequenas (Larson, 1978). Desde os anos 80, no entanto, com a criação de inquéritos a larga escala, foi possível efetuar estudos com maior representatividade a nível nacional. Gauthier e Smeeding (2003) distinguem três linhas principais de investigação daí resultantes no que toca ao tempo dos idosos. Primeiro, um ramo de análise sobre a avaliação do valor do trabalho não remunerado efectuado por idosos. Em segundo lugar, uma perspectiva de análise sobre a saúde, verificando principalmente o efeito do desporto, contato social e lazer ativo na saúde mental e física. Por último, uma linha de análise sobre padrões de transição entre trabalho e reforma. Sublinham-se algumas conclusões gerais nos estudos que apontam para uma diminuição da variedade e quantidade de atividades realizadas, e um aumento do tempo usado sozinho e em atividades de cuidados pessoais. Mais recentemente, alguns estudos têm-se centrado na comparação entre dados de vários países na análise do uso do tempo dos idosos (Lingsom, 1991). Segundo Gauthier e Smeeding (2003), algumas conclusões gerais se podem retirar da informação disponível atualmente relativamente ao uso do tempo por parte dos idosos:

1. O trabalho remunerado reduz-se gravemente com a idade. Esse declínio começa geralmente antes da idade legal de reforma, que é de 65 anos na maioria dos países do estudo. A transição para deixar de trabalhar completamente, no entanto, parece ser mais abrupta do que gradual. A alocação de tempo no trabalho em idosos mais jovens é bastante discrepante no conjunto dos países. Ainda assim, a partir dos 75 anos, já é raro haver pessoas que efetuam trabalho remunerado em qualquer país.

2. O fim da alocação do tempo em trabalho remunerado passa apenas em parte para atividades de lazer ativo (e.g. trabalho voluntário, trabalho doméstico, lazer social e desporto). Embora se verifique um aumento nas atividades de lazer ativo, não se pode afirmar que estas substituam o trabalho remunerado em termos de alocação temporal.

3. O tempo gasto em atividades de lazer passivo (e.g. relaxar, ver televisão) aumenta gradualmente com a idade. Neste campo, as diferenças nos países verificam-se mais nos idosos mais velhos, facto para o qual não existe uma explicação exata.

4. O tempo devotado em atividades de cuidados pessoais também aumenta com a idade. Este facto, tal como o tópico anterior, é explicado através do deteriorar das condições de saúde que restringem a capacidade para realizar as actividades diárias.

## 5. O uso do tempo e do espaço pelos idosos da Ameixoeira

Entramos agora na abordagem ao caso de estudo desenvolvido: o uso do tempo e do espaço pelos idosos da Ameixoeira. Antes de se abordar o caso de estudo em si, no entanto, será importante definir os fundamentos teóricos da análise que se empreendeu. Assim, este capítulo irá apresentar algumas sintetizações acerca dos conceitos descritivos primários para este projeto, que irão estruturar o modelo de análise. Começar-se-á por introduzir o quadro conceptual e teórico que guia a abordagem para de seguida se passar os conceitos em si. Nestes, começar-se-á por definir o que se entende por uso do tempo e apresentar o conceito de temporalidade que se utilizará. Posteriormente tratar-se-á o uso do espaço e o conceito de espacialidade. Por último, apresentar-se-ão os conceitos de actividade e de constrangimentos tempo-espaço, fundamentais para esta análise. Após a apresentação dos conceitos, focar-se-ão as questões mais metódicas, apresentando o modelo de análise e a metodologia de implementação do estudo.

### 5.1. - Quadro Conceptual

O estudo que se irá desenvolver pretende analisar o quotidiano dos idosos através da sua relação com o tempo e o espaço. Ver o envelhecimento nesta perspetiva permite-nos compreender que constrangimentos tempo-espaço afectam esta população. Desde há muito que os constrangimentos espaciais têm sido focados pela literatura científica. No entanto, nos últimos anos, tem sido sublinhada uma nova corrente de constrangimentos no quotidiano ligados à expansão e fragmentação urbana que cria processos de dessincronização e dessincorização de actividades. Estes constrangimentos provêm em particular de processos de *time squeeze* ou problemas de sincronização temporal (Karrhölml, 2009). No caso dos idosos, a informação disponível acerca dos seus quotidianos neste plano ainda escasseia. Este projecto pretende dar um contributo para colmatar essa insuficiência.

Michel de Certeau (1984) desenvolveu um trabalho teórico seminal sobre o quotidiano e o seu estudo. Este autor afirma que “muitos trabalhos, frequentemente excepcionais, procuraram estudar as representações de uma sociedade, por um lado, e os seus modos de

comportamento, por outro. A partir desse nosso conhecimento desses fenómenos sociais, parece tanto possível quanto necessário determinar o *uso*<sup>19</sup> a que estes são postos por grupos ou indivíduos”<sup>20</sup> (de Certeau, 1984: xii). A perspectiva de Michel de Certeau é pertinente para o pensar sobre o tempo e o espaço quotidiano pois apresenta uma perspectiva das práticas humanas, focando-se na interação direta entre o agir humano e o espaço em que se encontra. Nesta leitura, muito pode ser compreendido em termos do impacto que as dinâmicas territoriais têm no quotidiano e vice-versa, que não poderia ser apreendido em modelos mais abstratos e gerais. De facto, o autor critica a perspectiva do planeamento conceptualizado pois “por baixo da escrita universal e fabricante da tecnologia, permanecem lugares opacos e teimosos. As revoluções da História, as mutações económicas e as misturas demográficas conservam-se em camadas sob esses lugares, e lá permanecem, escondidos em costumes, ritos e práticas espaciais” (de Certeau, 1984: 229). Centrado numa visão a partir do interior do espaço e do seu uso, o autor identifica os “modos de usar” um espaço como um consumo. Na sociedade moderna, como noutras anteriores, a pessoa consome os produtos espaciais impostos por uma determinada ordem económica. Esses produtos influenciam o modo como as pessoas organizam o seu dia a dia e são moldados pelas práticas neles realizadas.

Outra noção que se pode retirar da obra de de Certeau (1984) é a relação entre o tempo e as práticas no espaço, pois as “práticas do quotidiano, baseadas na sua relação com uma ocasião, isto é, em tempo casual, são portanto dispersas por toda a duração em situações de *acto*<sup>21</sup> de pensamento” (de Certeau, 1984: 202-203). A localização das práticas existe tanto num panorama temporal como espacial. Crang (2001: 205) argumenta que “[v]er a espacialidade como um «tornar-se»<sup>22</sup> parece ser mais capaz de captar a cidade rítmica, e oferece um guia importante para além dos modos como os geógrafos têm demasiadas vezes acabado a inscrever o tempo no espaço através de um idioma espacial”<sup>23</sup>. Para Crang, o sentido de dinamismo da temporalidade deve não apenas adicionar um plano temporal, mas ser entendido para repensar e aprofundar o conceito de espaço.

Um dos modos como o espaço tem sido repensado é através do conceito de ritmo. Edensor (2010: 8) refere que “a vida quotidiana é constituída por uma multiplicidade de hábitos, horários e rotinas que lhe empresta uma previsibilidade e segurança ontológicas”<sup>24</sup>. Estas rotinas de práticas organizam-se temporal e espacialmente, estabelecendo a base de

---

<sup>19</sup> Itálico no original.

<sup>20</sup> Tradução nossa.

<sup>21</sup> Itálico no original.

<sup>22</sup> *Becoming* no original.

<sup>23</sup> Tradução nossa.

<sup>24</sup> Idem.

referência sobre o qual as pessoas organizam as suas vidas. A *Time Geography* conceptualizou estas estruturas tempo-espço de um modo quantitativo. O que o conceito de ritmo vem acrescentar a essa camada de conhecimento é a sua dimensão sensorial.

Segundo Lefebvre (2004), o tempo é quantificado em medida mas também qualificado em melodia, linguagem e ação. A harmonia temporal implica tanto os aspetos qualitativos quanto os quantitativos. Lefebvre define o conceito de ritmo com recurso a três aspetos. Primeiro, o ritmo inclui repetição, mas essa, para se manter ao longo do tempo e não se tornar redundante, tem que conter diferença, i.e., o que se repete tem que ter algo de novo em si. Na visão de Lefebvre, essa algo de novo provém do natural. A repetição vinda do artificial é monótona, não contém diferença e portanto é valorizada negativamente. O que nos leva ao segundo aspeto dos ritmos, as interferências entre o cíclico e o linear. Para este autor, nos ritmos naturais a repetição é cíclica. No artificial, existe uma linearidade repetitiva. O cíclico é visto como natural, criado pela natureza ao longo dos tempos. Origina-se no cósmico. O ressurgimento neste ritmo é um evento e um advento, i.e. uma novidade positiva. Já o linear cria ritmos sociais monótonos e cansativos que surgiram das rotinas da era moderna. Originam-se da imposição da atividade humana. São repetitivos e entediantes. Lefebvre defende que estes ritmos racionais têm-se vindo a impor sobre os ritmos naturais do corpo e têm vindo a destruí-los<sup>25</sup>. No entanto, outros autores têm criticado a posição de Lefebvre acerca do cíclico e do linear. Simpson (2008), por exemplo, defende que a relação entre ritmos lineares e cíclicos é mais complexa em termos de interação do que a simples interferência dos primeiros nos segundos defendida por Lefebvre, criticando a qualidade negativa com que este autor caracteriza os ritmos lineares. Em último lugar, Lefebvre identifica também um ciclo de vida dos ritmos, que contém um nascimento, crescimento, pico, declínio e fim, o que contribui para diferentes sensações.

O pensamento de Lefebvre tem sido aplicado em particular ao espaço urbano e à sua polirritmia<sup>26</sup>. Wunderlich (2008) analisou o ritmo em espaço urbano usando o conceito de *place ballet* de Seamon (1980). *Place ballet* refere-se às espacialidades coordenadas que ocorrem dentro de um lugar e que se tornam parte da sua identidade. Wunderlich observa os *place ballets* com recurso à ritmicidade, focando aqueles que se deslocam em espaço urbano de modo a apreender o impacto do design urbano nessas práticas. Outros trabalhos (Amin e Thrift, 2002; McCormack, 2002; Tiwari, 2008; Vergunst, 2010; Kullman e Paludan, 2011;

---

<sup>25</sup> Alguns trabalhos científicos vão no sentido de comprovar esta tese, como o de Erren et al. (2003), Erren e Reiter (2009) ou Reiter et al. (2011).

<sup>26</sup> Conceito que se refere à coexistência de diferentes ritmos no mesmo espaço com interferências mútuas entre estes.

Vannini, 2012) têm desenvolvido a ritmicidade noutros lugares específicos, como ruas, transportes públicos ou escolas. Para este estudo, o conceito de ritmo permite-nos em particular pensar o tempo e o espaço de um modo integrado para apreender o quotidiano. Passaremos de seguida a tratar os conceitos descritivos que formam a base do nosso estudo.

#### *5.1.1 - O Uso do Tempo e Temporalidade*

O uso do tempo foi inicialmente tratado por economistas (Linder, 1970; Boorman, 1975; Ghez e Becker, 1975), em estudos que procuravam explicar a alocação de tempo em atividades laborais ou de consumo e definir modelos para tal. Mais recentemente, esta perspetivação quantitativa tem sido tomada pela Sociologia, que tem tratado este tópico em contexto de estudos de qualidade de vida. Alguns destes estudos centram-se na família (Lopes e Coelho, 2002), outros no equilíbrio trabalho-vida privada (Naegele et al., 2003; Torres et al. 2007). Grande parte destes estudos espelha preocupações relativamente à desigualdade de géneros no que toca à distribuição do tempo de trabalho doméstico e laboral, acumulado pelas mulheres e não pelos homens (Cyrino, 2009; Burda et al, 2012). Existem também estudos que enquadram o uso do tempo na análise a modelos sociais (Caragea-Hrehorciuc e Tocan, 2011). Estes estudos, no entanto, têm tido uma perspetiva quantitativa bastante forte, o que impede de ver com detalhe os aspetos que moldam o uso do tempo diário. A psicologia tem também tratado a questão do tempo qualitativamente, mas focado numa perspetiva essencialmente sensorial e cognitiva. Ainda assim, é neste campo que o conceito de temporalidade, essencial para o nosso quadro de análise, é desenvolvido com maior coesão. Fraser (1982) desenvolveu o conceito de temporalidade distinguindo cinco níveis. Estes correspondem a diferentes fases e camadas da construção cognitiva que é a temporalidade. O primeiro nível consiste na própria ausência de sentido do tempo – a atemporalidade. Este encontra-se relacionado com o conceito de caos, ou de vazio, em que as relações entre entidades e eventos podem apenas ser de presença ou ausência. A atemporalidade expressa-se essencialmente no pensamento mítico, tendendo a ser a característica do mundo pré-criação. Num nível seguinte temos a prototemporalidade, em que já existe uma ordem temporal mas os eventos são apenas sequenciados em antes e depois. Aqui não é ainda possível determinar posições temporais fixas, mas apenas fazê-lo em termos de relações temporais. O terceiro nível é o da eotemporalidade. Este é o tempo Newtoniano, um tempo métrico que surge como coordenada para marcar a posição tempo-espaço de uma entidade ou evento. O nível seguinte é o da biotemporalidade. Fraser (1982: 30) refere que “o presente fisiológico é a testemunha fenomenológica das simultaneidades das necessidades que devem

ser mantidas se se quer garantir a autonomia do organismo vivo”. Deste modo, o corpo e a sua regulação fisiológica surgem como a marcação da temporalidade do ser, uma temporalidade que evoluiu com a própria vida biológica. A biotemporalidade é também a temporalidade dos processos irreversíveis, sendo portanto necessariamente direcional. No entanto, e possivelmente pelo seu início e fim ser vago, a biotemporalidade é também cíclica. Isto porque os ritmos do corpo estão coordenados com os ritmos da natureza – os ciclos anual, lunar e essencialmente o circadiano. Assim, a biotemporalidade atua sobre o tempo em particular a nível de estrutura, criando uma organização geral (de Chalendar, 1973, Poitiers, 1990). Portanto, esta ritmicidade cíclica não se manteve meramente biológica. Poirier (1990: 194) refere que “os homens observaram a periódica ocorrência de certos fenómenos da natureza. E, com base nos fenómenos celestes, foram sendo estabelecidos calendários cada vez mais exactos”. Nesta calendarização foram sendo distribuídos os rituais que celebravam o cosmos e a sua harmonia, refletidos nas sociedades e a sua organização (Eliade, 1993 [1949]). O que nos traz ao quinto e último nível da temporalidade: a nootemporalidade. Esta é a consciência temporal que é unicamente da mente humana e possibilita a criação da identidade pessoal através da definição de uma história em que eventos são organizados sequencialmente. Mas principalmente, este nível de temporalidade sequencia o tempo também em termos de significados pessoais, isto é, dá um valor emocional ao uso do tempo. A conceptualização de Heidegger (2008 [1927]) sobre a temporalidade existencial – a capacidade do ser humano de pensar não só em termos de antes e depois mas sim pensar simultaneamente o passado, presente e futuro – aproxima-se deste nível da estrutura de Fraser. Estes diferentes níveis da temporalidade são hierarquizados, e em cada nível superior as características dos inferiores mantêm-se. Num período mais avançado, Fraser (1999) conceptualizou um sexto nível de temporalidade: a sócio-temporalidade. Esta é essencialmente o modo como a sociedade em si se relaciona com o tempo: como o interpreta, ordena e valoriza. É um conceito bastante próximo daquele de tempo social, desenvolvido por autores como Barbara Adam (1990, 2004). A nootemporalidade relaciona-se com a sócio-temporalidade, embora seja mais do que apenas “a interpretação particular do tempo social por um grupo, ou por um indivíduo” que Milton Santos (1996: 180) evidenciava enquanto temporalidade. Um efeito claro que a sócio-temporalidade tem na nootemporalidade é a definição, apesar de muito disputada, de temporalidades laborais distintas para homens e mulheres (Cyrino, 2009). Um tema emergente em estudos sociológicos recentes (Southerton, 2003, 2007; Rosa e Scheurmann, 2009; Pais, 2010) é o apertar do tempo e na pressa que existe na vida moderna e de como isso implica alterações nos tempos sociais. No entanto, estes estudos, tal como os tradicionais sobre alocação de tempo, permanecem na sua generalidade aterritoriais, sem ligação direta

aos aspetos espaciais que influenciam o uso do tempo e que têm aumentado a sua importância à medida que se foi construindo uma sociedade da hiper mobilidade.

#### 5.1.2 - O Uso do Espaço e Espacialidade

A tradição humanista da Geografia, em particular, deixou análises importantes à maneira como as pessoas interagem com o espaço que são úteis neste quadro analítico. Yi-Fu Tuan (1974, 1977), em especial, tratou a maneira como a pessoa se relaciona com o lugar e como lhe dá significado. Este é um ramo hermenêutico, em que a interação pessoa-ambiente é analisada muito no sentido de compreender como se geram ligações afetivas. Aqui, o conceito de lugar é privilegiado. Na perspectiva de Tuan (1977), lugar é entendido como uma construção humana que tem origem na experiência contínua de um determinado espaço, e fundamenta-se na ligação afetiva a esse espaço e àquilo que preenche esse espaço – o sentido de lugar. Relph (1976) defende que o espaço físico, as atividades e eventos que decorrem nele, e os grupos que se apropriam e experienciam o espaço são parte da identidade do lugar. Lugar é “um mundo organizado de significado” (Tuan, 1977: 179). Trata-se de um espaço que é conhecido e reconhecido, aos quais são associados significados pessoais. Para Tuan, é necessário tempo para conhecer um lugar, mas este também pode ser um interstício no tempo – sentir o lugar pode ser como parar o tempo. No entanto, o lugar não é algo estático na sua essência, como Tuan e Relph o qualificavam frequentemente. A perspectiva de Massey (1996) sobre o lugar, considerando-o aberto e dinâmico, permite-nos um entendimento mais profundo do mesmo e das relações que se desenvolvem nele. A reflexão de Lefébvre (2004) sobre os ritmos dos lugares da perspectiva do corpo traz novas possibilidades de entendimento da experiência dinâmica do lugar. De facto, a reflexão de Lefébvre (1971) sobre como o espaço é vivido parece-nos essencial. Lefébvre pensou o espaço e a sua experiência enquanto uma dialética. A sua abordagem, baseada em três dimensões simultâneas e mutuamente influenciáveis, ficou conhecida como a trialectica do espaço. Apresentemos primeiro cada uma das dimensões. A primeira, a da prática espacial, refere-se à percepção imediata do espaço, ao *espace perçu*<sup>27</sup>. Esta percepção é obtida na própria experiência do espaço que se realiza no dia a dia. É aí, no quotidiano, que ele é sentido – num sentido mais físico e imediato do termo. A prática espacial, para Lefébvre, tem uma coerência no sentido de existir uma estrutura, uma lógica própria, mas não é coerente, ou seja, não tem origem numa concepção ou planeamento prévio. A segunda dimensão é a das representações do espaço. Estas compreendem os

---

<sup>27</sup> Espaço percebido.



discursos que existem sobre o espaço e os artefactos que o imitam ou concebem. É o espaço conceptualizado, *l'espace conçu*<sup>28</sup>, criado pelos intelectuais, e em particular pelos técnicos da cidade. A terceira dimensão engloba os espaços da representação. Este é o espaço da presença, *l'espace vécu*<sup>29</sup>. É o espaço diretamente vivido, incorporando a prática do e no espaço, e as representações sobre ele. Estas três camadas têm uma relação dialética, como se referiu. A prática espacial e as representações do espaço surgem essencialmente como tese e antítese, que se aplicam na síntese do espaço vivido, que também origina novas práticas e novas representações. Esta dialética do espaço forma essencialmente as espacializações da vida quotidiana e as espacialidades daqueles que as experienciam. Soja (1989) refere: "Este processo de produzir espacialidade, de "fazer geografias", começa com o corpo, com a construção e performance do si, o sujeito como entidade espacial distinta e envolvido numa teia de relações com a sua envolvente" (Soja, 1989: 6). Este autor (1996) veio a desenvolver o conceito do terceiro espaço de Lefébvre como a dimensão analítica da experiência do lugar urbano como um lugar simultaneamente real e imaginado. Este conceito de espacialidade permite compreender a experiência dos lugares, em que "o espaço não é um substrato nem um cenário neutro" (Barata Salgueiro, 2002: 26).

Assim, os conceitos de temporalidade e espacialidade serão pontos de referência na análise do uso do tempo e do espaço como medida do quotidiano dos idosos. A sua combinação oferece uma visão profunda e em detalhe sobre como o ambiente do quotidiano é experienciado nas diversas atividades que se realizam.

### 5.1.3 - Atividade

O conceito de atividade de Dagfinn As (1978) parece ser o mais instrumental para a análise a empreender<sup>30</sup>. Este autor permanece uma referência no que respeita ao conceito de atividade e à estruturação das atividades diárias. Dagfinn As definiu atividade como um contínuo de comportamento que existe num segmento de tempo. Dever-se-á acrescentar a esta definição o facto de que uma atividade é também um contínuo de comportamento que é realizado num determinado espaço. Vários fatores no espaço irão influenciar o comportamento humano e as atividades que nele são desenvolvidas. Segundo Dagfinn As, uma

---

<sup>28</sup> O espaço concebido.

<sup>29</sup> O espaço vivido.

<sup>30</sup> Inclui-se aqui o conceito de atividade em detrimento do conceito de prática pela sua operacionalidade. Embora sejam próximos, o conceito de atividade é mais linear e permite uma identificação mais imediata da realidade. O conceito de prática tende a inserir-se em análises mais abrangentes acerca da organização sociocultural ou sociopolítica, como a de Bourdieu (1990). Em acréscimo, prática pode referir-se a um conjunto de atividades, e tornar a informação na nossa investigação difusa e imprecisa. Apesar disto, será necessário em certos momentos interpretativos voltar ao conceito de prática, mas a análise dos resultados em si centrar-se-á nas atividades.

atividade é uma entidade complexa que pode ser dividida em elementos mais pequenos, sendo a mais pequena o ato. No entanto, também se torna difícil definir uma atividade se se conjugarem demasiados atos. Por outro lado, a sequência de atividades ao longo do dia também não é simples e ordenada. Pode ser difícil definir quando uma atividade termina e outra começa e muitas existem nos interstícios de umas. Este será um aspeto a ter em conta na recolha de dados. Por último, o autor refere o aspeto verbal das atividades que, embora seja central na realização das mesmas, é geralmente irrelevante para a classificação científica da mesma. Existem várias tipologias possíveis para organizar as diferentes atividades possíveis. O próprio Dagfinn As identificava quatro tipos de atividades que podem ser identificados no dia, consoante as atividades desenvolvidas: o necessário, o contratual, o comprometido e o livre. O tempo necessário refere-se àquele que é usado para satisfazer as necessidades pessoais. O tempo contratual refere-se ao tempo de trabalho. O tempo comprometido refere-se àquele gasto em trabalho doméstico, cuidados e assistência a familiares ou conhecidos ou compras de artigos pessoais. Por último, existe o tempo livre. Este é aquele que está liberto das responsabilidades dos tempos referidos atrás. Esta tipologia, no entanto, foi criada para uma análise quantitativa do tempo dispendido em cada atividade e afigura-se demasiado complexa para a abordagem que se irá ter aqui. Mais interessante parece-nos a divisão apresentada por Gehl (2010). Enquanto Dagfinn As colocava o foco da atividade enquanto uso do tempo, Gehl, que opera no campo do urbanismo, enquadra as atividades como uso do espaço. Este autor divide as atividades em necessárias, sociais e opcionais. As necessárias em Gehl ocupam o mesmo conjunto de práticas que Dagfinn As tipificava como necessárias e comprometidas. As atividades opcionais têm o mesmo sentido que as livres de Dagfinn As, exceptuando as de sociabilidade, a que Gehl dá muito mais atenção, aspeto ligado à importância que o arquiteto dá ao uso do espaço público enquanto lugar de encontro entre pessoas.

#### *5.1.4 - Constrangimentos Tempo-Espaço*

Os usos do tempo e do espaço estão interligados com os constrangimentos que moldam esses usos. Este conceito foi explorado por Hagerstränd (1970) que criou uma tipologia de constrangimentos tempo-espaço que são de grande valor para o quadro analítico que aqui se constrói. Esta conceptualização dos constrangimentos tempo-espaço nasce dentro de um sub-ramo da geografia quantitativa, a *Time Geography*, que se centra principalmente nas trajetórias tempo-espaço e em questões de co-locação na interação espacial. Hagerstränd foi um dos pioneiros desta corrente de estudos e outros autores, como Pred (1977),

difundiram estas ideias. Este foi um ramo de estudos que esteve ativo na geografia até meados dos anos 90, tendo sido após essa altura abandonado pelos geógrafos e mais recentemente tem sido desenvolvido pela engenharia (Timmermans et al., 2002).

Hagerstränd distingue três tipos de constrangimentos tempo-espço. O primeiro grupo refere-se aos constrangimentos de capacidade. Estes são “aqueles que limitam as atividades do indivíduo devido à sua construção biológica e/ou as ferramentas que ele consegue usar”<sup>31</sup> (Hagerstränd, 1970: 12). A necessidade de dormir um número mínimo de horas e a necessidade de alimentação regular são duas atividades que se destacam na formação destes constrangimentos, por limitarem temporalmente a duração de outras atividades. A nível espacial, destacam-se três aspetos: a capacidade de mobilidade, a capacidade de comunicação, e a ligação a um local de descanso. Hagerstränd ilustra estes como círculos, dentro dos quais está o raio de alcance da acção pessoal. Este é afetado pela capacidade de mobilidade. Um primeiro círculo existe à volta da pessoa enquanto ela se move como o seu raio de alcance físico. Um segundo círculo, mais largo, demarca a sua capacidade de comunicação. Enquanto a voz foi durante muito tempo a forma única de comunicação, as inovações técnicas permitiram o aumentar deste círculo de alcance, primeiro pelo texto, depois por tecnologias de comunicação, desde o telégrafo até mais recentemente a *internet*. Um terceiro círculo de alcance existe à volta não da pessoa, mas do lugar de descanso, permanente ou temporário, que a pessoa tem. A necessidade de voltar a este lugar constrange o círculo de alcance em que a pessoa se pode mover, por questões de tempo-espço. A distância que se pode ter desse lugar é obviamente relativa à capacidade de mobilidade. Assim, segundo o autor, “na sua vida diária, toda a gente tem que existir espacialmente numa ilha”<sup>32</sup> (Hagerstränd, 1970: 13). O segundo conjunto de constrangimentos que o autor identifica prende-se com a coordenação<sup>33</sup>. Estes “definem onde, quando e por quanto tempo o indivíduo tem que se reunir com outros indivíduos, ferramentas e materiais para produzir, consumir e transacionar”<sup>34</sup> (Hagerstränd, 1970: 14). Portanto, estes constroem por obrigarem a uma delimitação tempo-espço para uma atividade. O relógio e o calendário são os instrumentos principais de ordem. Mas a delimitação tempo-espço não é completamente livre: tem que ser negociada com os outros partidos e é constrangida pelas disponibilidades de cada um. Horários de serviços públicos e privados, disponibilidade de transportes privados ou públicos e disponibilidade pessoal são elementos que têm que ser conjugados no dia a dia das

---

<sup>31</sup> Tradução nossa.

<sup>32</sup> Idem.

<sup>33</sup> *Coupling constraints* no original.

<sup>34</sup> Tradução nossa.

peessoas para gerar co-localização espaço-temporal. No entanto, tecnologias de comunicação podem substituir a necessidade de co-localização espacial em vários casos. Mais raramente, pode haver numa atividade apenas co-localização no espaço, como num escritório em turnos diferentes, por exemplo. Algumas ferramentas como *e-mail* ou *blogs* permitem também já a realização de algumas atividades em conjunto sem qualquer co-localização. O último conjunto de constrangimentos identificado diz respeito à autoridade. Segundo Hagerstränd (1970), estes constrangimentos devem ser pensados a partir do princípio de domínio ou área de controlo. Provavelmente hoje seria incluído o conceito de território para este sentido<sup>35</sup>. Para o autor, os domínios surgem como áreas que não são acessíveis ou só são acessíveis em determinadas condições. Estes domínios têm diferentes características: variam em tamanho desde áreas locais até nações, e também temporalmente, desde o assento que nos pertence durante uma sessão de cinema até à habitação que se compra e é nossa, em princípio, até ao nosso fim. Assim, existem também hierarquias entre domínios que limitam o acesso ou o comportamento dentro da sua jurisdição. Estes três campos de constrangimentos interagem entre si constantemente. Numa família, por exemplo, os diferentes membros têm diferentes constrangimentos de capacidade e diferentes domínios a que têm acesso, o que gera constrangimentos específicos de coordenação entre si.

## 5.2 - Modelo de Análise

O quadro analítico que se irá desenvolver centra-se em três pilares: o tempo, o espaço e as atividades (Figura 6). São essas as dimensões do quotidiano que se irão abordar. Assim, ir-se-á recolher informação acerca das atividades realizadas, referenciando-as no tempo, tentando ainda perceber as condições em que se realizam e a valorização que lhes é atribuída. Ir-se-á referenciar as atividades ao nível do dia e da semana. A escolha deste período temporal fundamenta-se com o facto de se procurar o uso quotidiano. Poitiers (1990, pp. 267) identifica a existência de uma estrutura hebdomadária Ocidental que organiza o tempo semanal, sendo este resultado de uma evolução milenar, de um tempo longo, dir-se-ia, usando uma terminologia braudeliana. Segundo Zeruvabel (1985: 2), “a semana promove a estruturação e a ordenação da vida humana” ao impor um ritmo num largo campo de atividades fundamentais ao ser humano. Edensor (2010) refere que isto também se aplica à temporalidade do dia. Portanto, considera-se a escala das atividades do dia a dia mais pertinente, dado que esta tem oscilações ao longo da semana, torna-se necessário aferir os usos por sete dias para obter

---

<sup>35</sup> Para uma revisão recente do conceito de território ver Painter (2010) ou Andrade (2010).

dados abrangentes. Uma terceira dimensão é acrescentada para conferir profundidade geográfica à análise: a do espaço. As atividades serão referenciadas não apenas no tempo, mas também no espaço. Portanto, cada atividade será localizada e o tempo gasto em deslocações será também qualificado em termos do modo de deslocação e distância percorrida. Assim, ter-se-á informação acerca do uso efetivo do tempo e do espaço, permitindo recriar o cotidiano em termos de espaço-tempo dos cidadãos idosos.

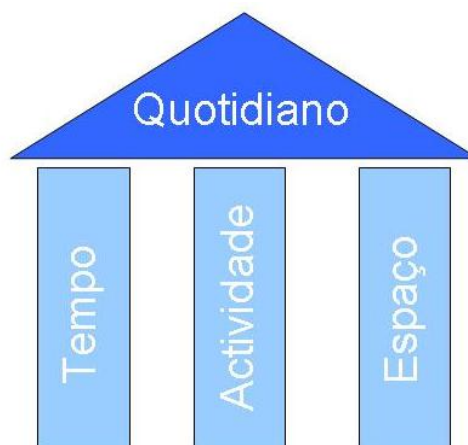


Figura 6 – Os três pilares do cotidiano. Elaboração Própria.

Com a informação sobre os múltiplos cotidianos dos idosos, pretende-se numa segunda fase aprofundar as condições em que estes se desenvolvem, com o objetivo de compreender os constrangimentos tempo-espaço que estão a influenciar as possibilidades da vida diária destas pessoas. A Figura 7 simplifica a estrutura que guia o modelo de análise a aplicar. Pretende-se compreender os cotidianos nos planos temporal, espacial e de atividades para posteriormente se identificarem os diferentes constrangimentos que existem em cada um destes.

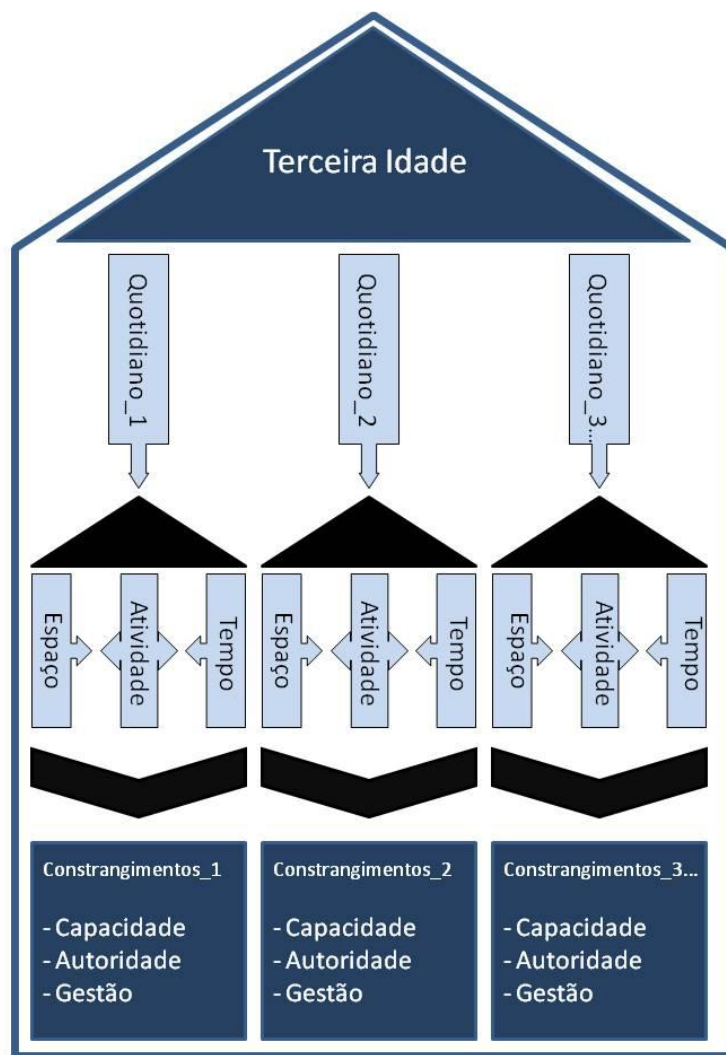


Figura 7 – Modelo de Análise. Elaboração Própria.

### 5.3 – Métodos de Observação e Metodologia de Implementação

Estando o modelo conceptual de análise definido, importa agora apresentar o modo como se procedeu na abordagem prática ao caso de estudo. Assim, descrever-se-á de seguida os métodos e a metodologia do nosso estudo, apresentando, na mesma ordem, os instrumentos de observação, a amostra selecionada e a operacionalização temporal do estudo.

#### 5.3.1 - Instrumentos de Observação

Começar-se-á por uma caracterização geográfica do lugar de estudo e da sua população. Para tal, realizou-se um período de observação direta de seis meses. Após este, realizaram-se dois levantamentos. O primeiro incidiu sobre o comércio e os serviços

disponíveis dentro da freguesia e levantou-se a localização e a categoria dos estabelecimentos. O segundo levantamento incidiu sobre a avaliação da qualidade do espaço público e a localização do mobiliário urbano e principais espaços comuns, tendo-se também procedido a uma recolha fotográfica. Para a caracterização da população recorreu-se principalmente a dados estatísticos do Instituto Nacional de Estatística. Consultaram-se também algumas obras disponíveis sobre a história do lugar. O âmago do estudo, no entanto, centrou-se na aferição dos usos da população idosa. A recolha desta informação foi efetuada através do preenchimento de diários por parte de idosos. Foram preenchidos 25 diários. Estes foram preenchidos em proximidade com as pessoas, ouvindo não apenas a sua descrição da semana, mas também as suas histórias sobre o que fizeram. Tentou-se detalhar ao máximo a informação, não apenas em relação à referência espaço-temporal das atividades, mas também da condição em que estas se realizaram e da sua valorização subjetiva. Numa segunda fase, realizaram-se oito entrevistas em profundidade com o objetivo de aumentar a informação qualitativa disponível sobre o quotidiano. Estas entrevistas foram baseadas num guião, disponível no Anexo I, mas foram tão abertas quanto possível, de forma a captar a narrativa sobre o quotidiano. Para Baars (1997) e Tuan (1991), que seguem a linha de pensamento de Ricouer (1984), a narrativa é um meio privilegiado para captar as temporalidades e a ligação aos lugares.

### *5.3.2 - Seleção da Amostra*

Procurou-se diversificar a amostra tendo em conta três variáveis: idade, sexo e local de residência. Em primeiro lugar, o facto da idade idosa ser também ela segmentada em fases (Teixeira Fernandes, 2005) torna necessário ter uma amostra com diversidade etária. Por se trabalhar a população idosa neste estudo, abordaram-se apenas respondentes com idades superiores a 60 anos. Em segundo lugar, surge a necessidade de diversificar a amostra em termos de género, devido ao facto de ser reportado que homens e mulheres têm usos do tempo e atividades realizadas muito diferenciadas (Hantrais, 2003, in Dommergues e Delfour, 2003; Cyrino, 2009). Por último, dado o lugar ser uma variável importante no decorrer do quotidiano, procurou-se ter respondentes de todos os lugares da freguesia.

Quadro 1 – Características dos idosos da amostra.

ID	Morada	Zona	Idade	Sexo	Escolaridade	Agregado Familiar	Carro
1	Rua Jorge de Sena	Ameixoeira Sul	62	F	4º Classe	2	N
2	Rua Maluda	PER / Torrinha	63	M	5º Classe	3	S
3	Rua Barata Foyo	PER / Torrinha	65	M	5º Classe	3	S
4	Rua Engenheiro Quartim Graça	Ameixoeira Sul	67	F	2º Ano Liceu	1	S
5	Rua Alto do Chapeleiro	Chapeleiro	68	M	4º Classe	2	S
6	Rua Alto do Chapeleiro	Chapeleiro	69	M	4º Classe	4	S
7	Rua Engenheiro Quartim Graça	Ameixoeira Sul		F	4º Classe	0	N
8	Rua Engenheiro Quartim Graça	Ameixoeira Sul	74	M	5º Classe	3	N
9	Rua Alto do Chapeleiro	Chapeleiro	76	F	3º Classe	1	N
10	Calçada do Forte da Ameixoeira	Z. Histórica / Mourisca	77	F	4º Classe	0	N
11	Estrada da Ameixoeira	Z. Histórica / Mourisca	78	M	4º Classe	0	N
12	Largo do Terreiro	Z. Histórica / Mourisca	78	F	4º Classe 2º Grau Ensino	2	N
13	Azinhaga da Torrinha	PER / Torrinha	79	M	Elementar	1	S
14	Rua Balsares de Baixo	Galinheiras	80	M	4º Classe	0	S
15	Azinhaga das Galinheiras	Z. Histórica / Mourisca	88	F	3º Classe	0	N
16	Rua Varela Silva	PER / Torrinha	82	M	4º Classe	1	S
17	Rua Engenheiro Quartim Graça	Ameixoeira Sul	70	M	Secundário	2	S
18	Rua Engenheiro Quartim Graça	Ameixoeira Sul	70	F	Secundário	2	S
19	Rua Direita	Z. Histórica / Mourisca	84	M	4º Classe	1	N
20	Azinhaga da Torrinha	PER / Torrinha	74	M	Não Frequentou	1	N
21	Estrada Militar	Galinheiras	64	M	9º Ano	0	S
22	Alameda António Sérgio	Ameixoeira Sul	74	F	7º Ano	0	N
23	Azinhaga da Cidade	Ameixoeira Sul	70	F	Curso Profissional	1	S
24	Rua Brunilde Júdice	PER / Torrinha	65	F	4º Classe	1	N
25	Rua Quinta das Lavadeiras	Lavadeiras	61	F	4º Classe	1	N

### 5.3.3 - Operacionalização

A preparação do estudo foi iniciada em Março de 2012. Num primeiro período foi definida a problemática e feita uma revisão bibliográfica que visava compreender as grandes visões sobre a sociedade contemporânea, compreender os conceitos ligados ao envelhecimento e definir uma abordagem analítica ao caso de estudo. Entre Abril e Setembro de 2012 iniciou-se também a preparação do trabalho de campo para a investigação. Durante este período, realizou-se observação direta na freguesia da Ameixoeira, tendo tomado lugar várias conversas informais com habitantes. Simultaneamente, efetuou-se um levantamento do



comércio, serviços e espaço público e trabalharam-se dados estatísticos disponíveis sobre a freguesia. Em Outubro de 2012 iniciou-se a aplicação dos instrumentos de observação. Em conjunto com os idosos, preencheram-se os diários semanais. Em Novembro, o preenchimento dos diários terminou. Seguiu-se um período de análise desses resultados. Numa segunda fase, em Janeiro e Fevereiro de 2013, realizaram-se oito entrevistas em profundidade sobre o quotidiano dos idosos e também algumas entrevistas com atores em posições privilegiadas para informar sobre o dia a dia dos idosos. Os resultados foram então analisados entre Março e Maio de 2013.

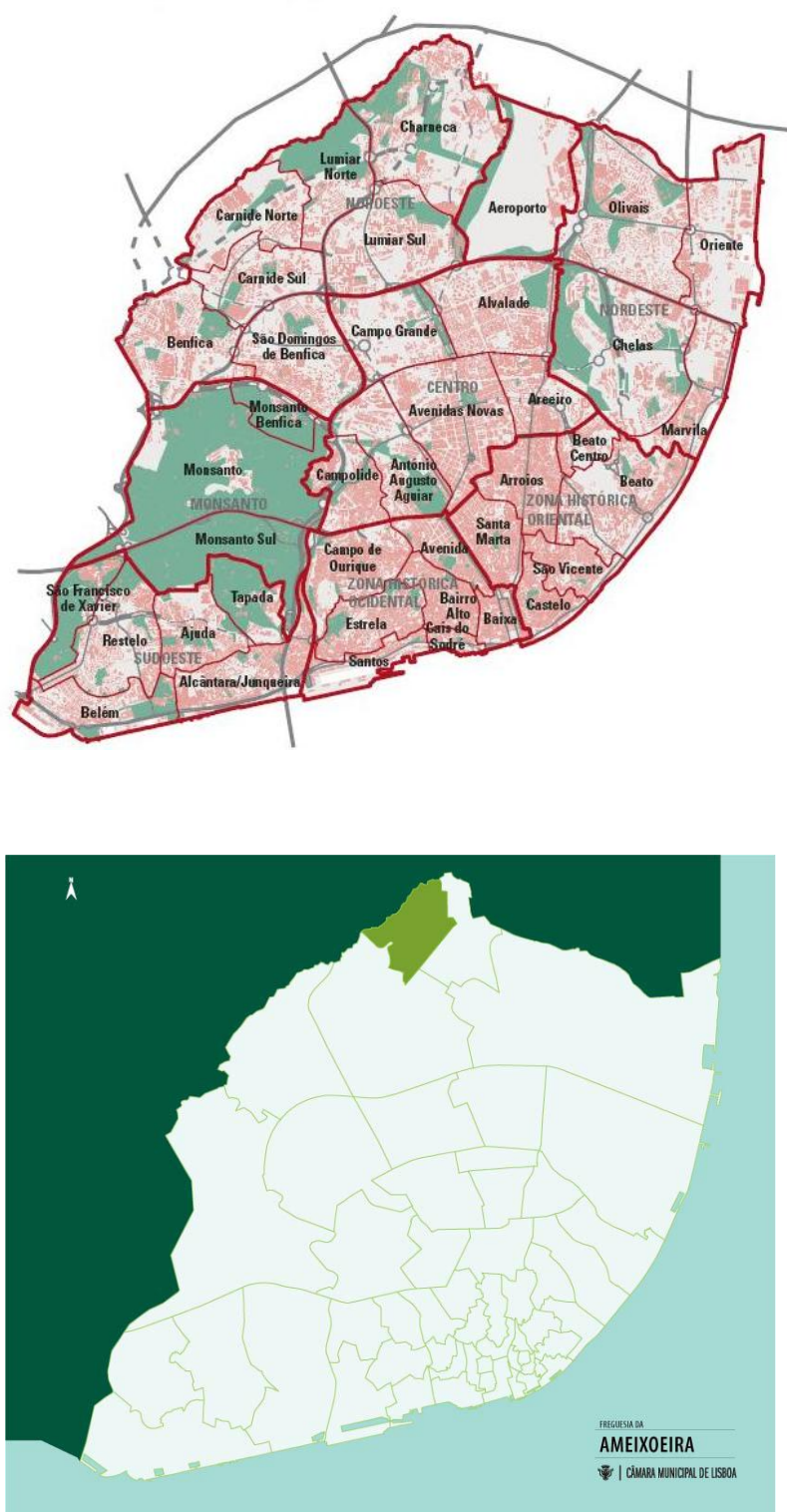
## 6. O lugar: a freguesia da Ameixoeira

Este capítulo contém uma síntese crítica sobre o lugar que se escolheu para caso de estudo – a freguesia da Ameixoeira – efetuada com base na informação recolhida junto dos idosos e outros membros da população local, na observação *in situ*, nos levantamentos realizados na freguesia, em dados estatísticos disponíveis e em algumas obras que incidem sobre a freguesia. Começaremos por localizar a freguesia dentro da cidade de Lisboa e em relação à sua envolvente. De seguida, realizar-se-á uma caracterização da sua população com base em dados estatísticos. Então, abordar-se-á a história da freguesia e os seus movimentos de expansão urbana, desvendando a criação de lugares ao longo das últimas décadas no espaço da Ameixoeira e identificando a sua relação com as histórias de vida dos idosos. Por último, analisar-se-á a estrutura de acessibilidades da freguesia e as suas condicionantes. Nessa altura, será claro como a Ameixoeira é constituída por vários lugares, sendo essencialmente um espaço dual.

### 6.1 - A localização da freguesia da Ameixoeira

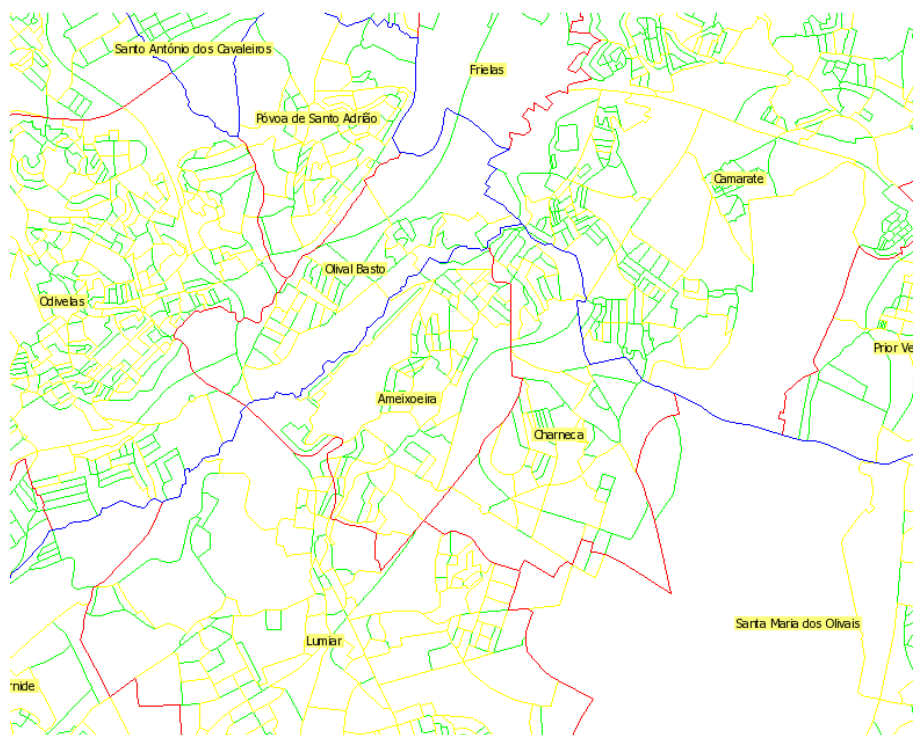
A Ameixoeira situa-se a Norte da cidade de Lisboa (Figuras 8 e 9). É limitada a Norte pelo concelho de Odivelas, a Oeste e Sul pela freguesia do Lumiar e a Leste pela freguesia da Charneca. Mais do que estes limites administrativos, a freguesia tem limites físicos imponentes. A Norte, na fronteira com a freguesia do Olival Basto, em Odivelas, é o declive acentuado no terreno. A Sudeste encontra-se o Eixo Norte-Sul, que a separa da freguesia da Charneca com a exceção do bairro das Galinheiras mais a Norte, onde existe continuidade urbanística. Além destes limites, existe uma área não-edificada e sem equipamentos entre os conjuntos urbanos da Ameixoeira e os da Charneca que reduz a proximidade urbanística das freguesias. A Sudoeste é a Avenida Padre Cruz/Calçada de Carriche que delimita claramente o espaço. É a Sul que alguma continuidade existe entre um dos conjuntos urbanos da Ameixoeira e a freguesia do Lumiar. Em geral, estamos a referir-nos a um espaço com bons acessos às grandes vias de circulação da cidade e dos seus arredores, mas que, ao mesmo tempo, se encontra constrangida por algumas dessas vias e pelo relevo acidentado a Norte. Isto permite àqueles com possibilidade de usar carro uma grande mobilidade, mas ao mesmo tempo

constrange espacialmente os que não tem essa possibilidade, cingindo-os àquilo que o espaço da freguesia pode oferecer.



Fonte: CML

Figura 8 – Localização da freguesia da Ameixoeira no município de Lisboa.



Fonte: INE

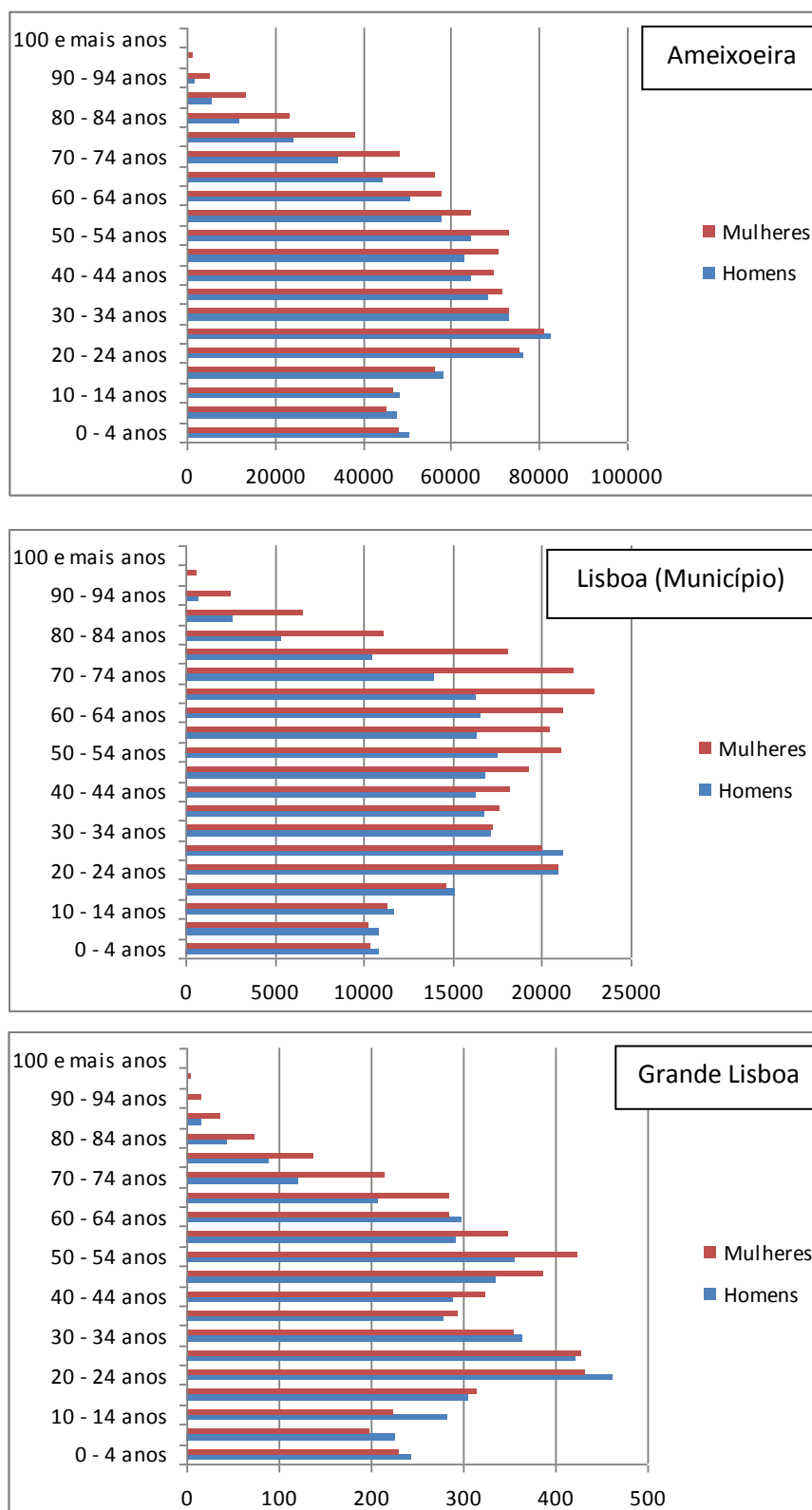
Figura 9 – Freguesia da Ameixoeira e a sua envolvente.

## 6.2 - A população atual

Em 2011 residiam na freguesia da Ameixoeira 11 863 pessoas, cerca de 2.2% da população da cidade de Lisboa, que no mesmo ano comportava 547 631 habitantes. Ao contrário da cidade de Lisboa, a Ameixoeira tem registado crescimento demográfico, com claros reflexos no aumento da densidade populacional, em parte devido aos novos edifícios construídos destinados à habitação social (PER). Com efeito, entre 2001 e 2011, enquanto a densidade da Ameixoeira cresce de 6314,92 hab./km<sup>2</sup> para 7391,6 hab./km<sup>2</sup>, na cidade de Lisboa esta diminui de 6672,70 hab./km<sup>2</sup> para 6447 hab./km<sup>2</sup>. Este comportamento demográfico reflete-se também ao nível do número de alojamentos (4453 em 2001 e 6420 em 2011) e do número de famílias (3576 em 2001 e 4777 em 2011). Este crescimento não se observa no número de edifícios, que apenas regista uma subida muito ligeira (passa de 987 para 998), principalmente devido ao facto de, durante o PER, terem sido demolidas várias habitações de génese ilegal de pequenas dimensões, sendo substituídas por edifícios de vários andares para habitação social.

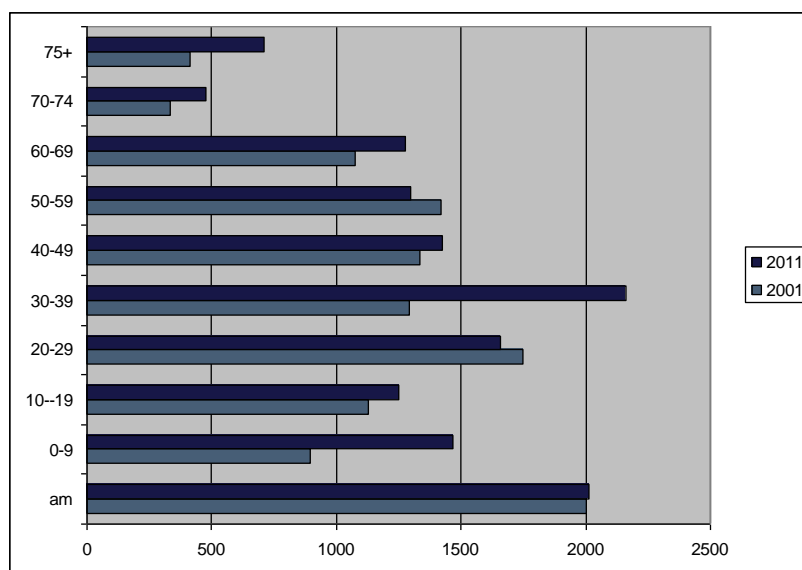
Apesar do envelhecimento ser hoje uma característica das diferentes parcelas do território nacional, a freguesia da Ameixoeira é dotada de uma população relativamente jovem. O peso da população com 65 e mais anos de idade, e a sua evolução temporal, regista

nesta freguesia valores bem inferiores aos observados pela cidade de Lisboa, a Grande Lisboa ou o país (Figura 10, 11 e 12). Esta relativa juvenilidade da população da freguesia da Ameixoeira é ainda corroborada pela idade média da população (Figura 13).



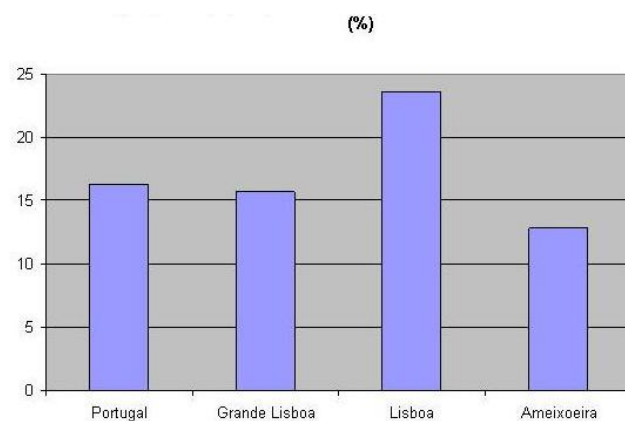
Fonte: Elaboração própria a partir de dados dos Censos 2001.

Figura 10 – Pirâmides Etárias da Ameixoeira, de Lisboa e da Grande Lisboa (2001).



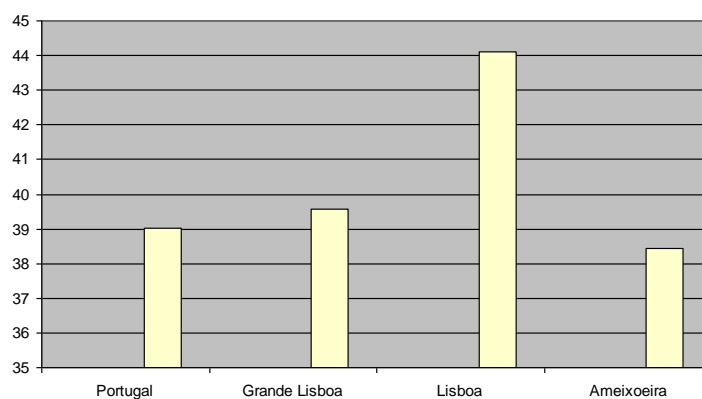
Fonte: Elaboração própria a partir de dados dos Censos 2001 e 2011.

Figura 11 – População da freguesia da Ameixoeira por idades (2001 & 2011).



Fonte: Elaboração própria a partir de dados dos Censos 2001.

Figura 12 – Proporção da população residente com 65 ou mais anos de idade (2001).

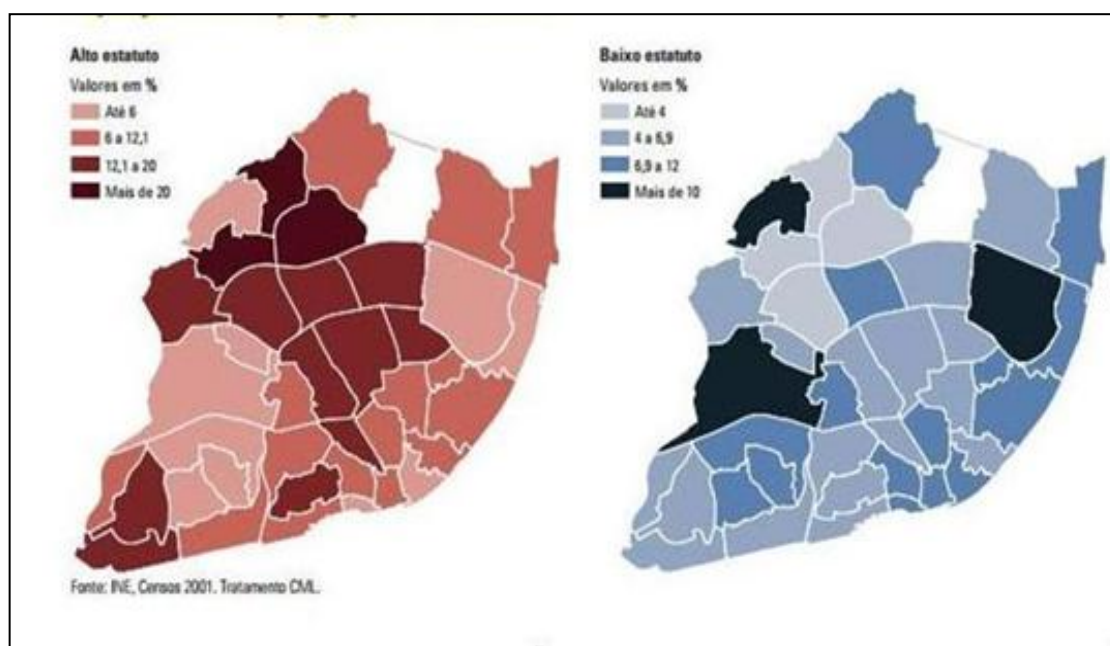


Fonte: Elaboração própria a partir de dados dos Censos 2001.

Figura 13 – Idade Média da População Residente (2001).

A análise da estrutura etária permite ainda observar que a população mais sobre-representada na freguesia é constituída por indivíduos em idade de atividade laboral, especialmente, da faixa entre os 20 e 30 anos. Tal facto explica que o índice de envelhecimento, à data dos censos de 2011, com um valor de 85, seja o segundo mais baixo da cidade de Lisboa, muito próximo do registado pela freguesia vizinha da Charneca (com 72). Para efeitos comparativos, o índice de envelhecimento médio da cidade de Lisboa é de 187.

A nível socioeconómico, a freguesia da Ameixoeira é dotada de alguma diversidade. Na Figura 14, pode-se verificar como, em 2001, a área da Charneca, onde se insere a Ameixoeira, é constituída tanto por população com estatuto relativamente alto (6 a 12,1%) como baixo (6,9 a 12%). Em 2001, 27,32% da população residente na Ameixoeira estava empregada em profissões socialmente valorizadas, um valor relativamente inferior ao da média da cidade (30,86%), e um pouco superior ao das médias do país e do distrito. Em 2011, o peso de pessoas com ensino superior era de 18,69%, um valor inferior ao de Lisboa (27,40%). Por sua vez, a taxa de desemprego da freguesia em 2001 era de 7%, próxima da média da cidade (7,3%) e do país (6,7%). Esta havia subido para 16,7% em 2011, acima da taxa de 11,8% de Lisboa e de 13,1% de Portugal. Em contrapartida, a taxa de emprego era de 56,9%, mais alta do que a média do país (53,4%) e de Lisboa (50,3%). Embora não existam dados disponíveis para 2011, é de esperar que estes tenham declinado. Em suma, a freguesia da Ameixoeira caracteriza-se por uma população jovem, maioritariamente em idade de atividade laboral, em crescimento nas últimas décadas e que comporta uma alta densidade populacional. Em termos socioeconómicos existe alguma diversidade que, como se verá, se encontra espacializada.



Fonte: Seixas, 2001.

Figura 14 – População residente por grupo socioeconómico.

### **6.3 - Os lugares da Ameixoeira: a história do lugar como a história da vida**

Até meados dos anos cinquenta do Século XX, a área que perfaz hoje a freguesia da Ameixoeira era constituída apenas por quintas e residências secundárias da burguesia de Lisboa (CEG, 2006). Foi nessa década do século passado que ocorreu a primeira grande fase de construção, com a criação de um bairro camarário, o das Galinheiras. Este tinha como objetivo ser a residência de realojamento dos habitantes que tiveram de ser deslocados da Portela devido à construção do aeroporto de Lisboa. Já nas décadas de 1940 e 1950, verificou-se a construção na freguesia de alguns núcleos de barracas e outras construções clandestinas. Foi neste processo que surgiu o aglomerado da Quinta da Torrinha e o do Alto do Chapeleiro, para além de alguns agrupamentos de barracas junto ao bairro municipal das Galinheiras. Estas habitações precárias acolhiam a vaga de imigração que vinha das áreas rurais do interior do país para as áreas mais periféricas de Lisboa e os municípios adjacentes. Nesta altura, a habitação na Ameixoeira era essencialmente periférica em relação ao resto da cidade, pois não existiam vias relevantes de acesso à cidade. Estes três conjuntos mantêm-se ainda hoje mas o seu espaço e a sua envolvente alteraram-se muito.

O bairro das Galinheiras é um dos mais históricos da freguesia. Administrativamente, este é partilhado pela freguesia da Ameixoeira e a da Charneca, sendo o único local de continuidade urbana entre as duas freguesias. É ainda essencialmente um bairro de habitação social. Sofreu uma transformação na década de 1970 com a construção do novo bairro municipal das Galinheiras – o Casal da Nossa Senhora da Saúde – para realojar a população que entretanto se tinha alojado em barracas adjacentes ao bairro. Desde então, as novas construções no bairro foram escassas, mas o espaço em seu redor alterou-se profundamente. As Galinheiras deixaram de ser um bairro isolado e rodeado de espaços baldios verdes para estar rodeada de habitações mais recentes. No entanto, dado estas serem no geral também destinadas a habitação social, esse processo não afetou a coesão social do lugar. De facto, trata-se de um lugar com um sentido de comunidade forte e intensa apropriação do espaço público pelas pessoas. Estes fatores apelam aos idosos que ali residem, que exaltam estes aspetos. Salienta-se nos discursos sobre as Galinheiras um sentido de «nós»: «nós aqui nas Galinheiras». Este surge por vezes oposto ao sentido do exterior: «os de Lisboa»; «os de fora» ou aqueles de «lá de baixo», referindo-se ao Sul da freguesia. No seu global, o bairro das Galinheiras, em termos de comércio, é bastante vivo. A maior parte do comércio é alimentar de pequena dimensão: um talho, algumas frutarias, entre outros. Em termos de serviços, estes são essencialmente de proximidade também: cafés na sua maioria. Existe também no bairro um evento semanal importante que reúne as pessoas: a Feira das Galinheiras. A secção do



bairro das Galinheiras que se encontra na freguesia da Ameixoeira é na verdade uma parte pequena do total do bairro. Essa secção é quase unicamente residencial e comercial, sendo as ruas estreitas e sem lugares de socialização. Para além disso, o seu espaço público, como o edificado deste conjunto urbano, apresenta sinais de degradação (Fotografia 1 – Anexo II).

A Quinta da Torrinha, por outro lado, é um bairro considerado de génese ilegal. Tendo sido edificado através da iniciativa popular, a sua estrutura urbana é orgânica. O seu desenvolvimento começou na década de 1950 e prolongou-se praticamente até meados da década de 1990, tendo aí estagnado. As ruas são estreitas, labirínticas e sinuosas (Fotografia 2 e 3 – Anexo II), devido também ao facto destas habitações se terem situado numa encosta íngreme, de difícil acesso, nos limites do concelho de Lisboa, procurando uma paisagem agradável sobre os arredores. Um dos idosos inquiridos que habita nesta área referiu que quando começou a morar ali, essa paisagem era de colinas verdes e não se parecia nada com o que é hoje: um mar de prédios brancos. Os moradores da Quinta da Torrinha partilham com os das Galinheiras a sensação de que o seu espaço bucólico foi de certo modo sufocado com a expansão urbana de Lisboa. Hoje, é um espaço com poucos estabelecimentos comerciais e pouco uso do espaço público. Os idosos deste lugar acedem regularmente à zona sul da Ameixoeira para fazer compras, ir ao café e estar com outras pessoas. Ainda assim, valorizam muito o seu bairro. Sentem que é o seu lugar no sentido mais possessivo possível do termo. Veem o bairro como algo que nasceu das suas mãos e dos seus vizinhos, e entendem que há ali uma comunidade que teve de resistir para permanecer.

Um sentido de presença semelhante existe no Alto do Chapeleiro. Este conjunto surgiu inicialmente também na década de 1950. Segundo Espírito Santo (1997), na década de 1970 colocaram-se casas desmontáveis para acolher retornados das ex-colónias no Alto do Chapeleiro. O Alto do Chapeleiro é formado essencialmente pela rua retilínea com o mesmo nome, que entretanto se sequenciou em duas. É uma área de génese ilegal já com algumas décadas de existência. Ao contrário da Quinta da Torrinha, em que as construções chegam aos três e quatro andares, as suas habitações no Alto do Chapeleiro são vivendas, em média com dois andares. Algumas delas estão em muito bom estado de conservação, outras não tanto (Fotografia 4 e 5 – Anexo II). É uma área sem comércio nem equipamentos. Ao contrário das Galinheiras e da Quinta da Torrinha, a expansão urbana não obsidiou este lugar e o seu redor permanece ainda verde e silvestre. Está particularmente isolado, ligado apenas a Sul pelo bairro da Quinta das Lavadeiras e a Norte por um conjunto de edifícios de habitação de promoção pública, e o carro é praticamente a única ligação que existe com o resto da cidade. Ambos os acessos são ligações íngremes e extensas, repelentes para quem anda a pé. Isto deixa este lugar absolutamente isolado do resto da freguesia.

A segunda grande fase de construção na freguesia da Ameixoeira teve lugar na década de 1970. Este é o período em que se verifica o maior aumento de população na freguesia, surgindo novas urbanizações de promoção privada destinadas à classe média. Estas trouxeram alguma diversidade socioeconómica à freguesia apesar de se terem situado afastadas do resto da população da Ameixoeira. Implantaram-se na parte sul da freguesia junto aos eixos de acesso ao município de Lisboa da Estrada do Desvio, da Calçada de Carriche e da Avenida Padre Cruz, em continuidade com as construções do Lumiar e não com as da Ameixoeira. Na área em que se encontrava a Quinta de Santa Clara, a mais importante das antigas quintas que perfaziam o território da Ameixoeira, surgiram edifícios até catorze andares, conservando-se o jardim até hoje, nomeado de Jardim da Ameixoeira, mas por vezes referido como Jardim de Santa Clara. A população que vem para estas novas construções é constituída essencialmente por casais jovens, que procuram casa própria e ali encontram habitação a um preço muito mais reduzido do que no centro de Lisboa, de onde muitos dos novos moradores provêm. É neste período que a Ameixoeira começa a ter uma maior ligação com o resto da cidade, mediada por esta ligação à freguesia do Lumiar.

Durante os anos 1970 e 1980, a Ameixoeira foi um bairro com muita jovialidade. Os idosos recordam esse tempo como um período especial, em que a Ameixoeira tinha «vida», «pessoas na rua», «jovens casais a namorar», «muito comércio» e «muitos cafés». É recorrente esta visão otimista de um passado com muita vitalidade deste lugar. Esta visão não se estende ao presente e os idosos que aí residem sentem que este se degradou gravemente nas últimas duas décadas. O declínio do comércio, o aumento da insegurança e o próprio envelhecimento da população são os aspetos mais referidos pelos idosos como causa para a degradação do espaço Sul da Ameixoeira. Os idosos referem algumas diferenças na vivência do bairro em relação ao passado: já não existe tantas pessoas na rua durante o dia porque estão todos a trabalhar e já não há mulheres domésticas com filhos ou adolescentes que andam na escola; já não existem tantos cafés com bom ambiente para as pessoas se reunirem; e a sensação de insegurança leva as pessoas a não saírem de casa, especialmente durante a noite. Ainda assim, este é hoje o espaço mais consolidado da freguesia (Fotografias 6, 7 e 8 – Anexo II), reforçado ao longo das últimas duas décadas com novas construções. Em 1995, na Azinhaga da Cidade, foram construídos blocos de edifícios de 14 e 7 andares, denominados “Parque Lumiar”, apesar de estarem dentro da freguesia da Ameixoeira (Espírito Santo, 1997). Já no presente século, alguns projetos de habitação foram realizados na parte sul da freguesia, inseridos no grande projeto imobiliário “Alta de Lisboa”, com o objetivo de atrair residentes de classe média e alta.

O setor sul da Ameixoeira caracteriza-se por estar em continuidade com as habitações pertencentes à freguesia do Lumiar que margeiam a Calçada de Carriche, o que torna as suas fronteiras ténues. Quem vive neste lugar percorre as ruas do sul da Ameixoeira e do Lumiar sem fazer distinção entre os lugares. O espaço urbano é aqui muito mais organizado do que nos lugares que já se referiram. As ruas são na sua maioria largas. O espaço para estacionamento de carros está bem delimitado e parece suficiente, pois não existem muitos carros estacionados em cima dos passeios. Ainda assim, o facto de haver tantos carros estacionados nas ruas dificulta em muito a mobilidade aos idosos (Fotografia 9 – Anexo II). Não obstante, é o lugar da freguesia em que existe maior uso do espaço público pelos idosos, a par com o bairro das Galinheiras. Ao lado do Jardim da Ameixoeira (Fotografia 10 – Anexo II), que esteve encerrado para obras durante a duração do nosso estudo, existe uma pequena praça com alguns bancos, com muros que as pessoas usam como bancos, e um campo de ténis que, no entanto, está fechado. Este espaço central é o núcleo principal de apropriação do espaço público pelos idosos (Fotografia 11 – Anexo II). Aí se reúnem homens e mulheres idosos para conversar, ler o jornal ou jogar às cartas. Fazem-no geralmente como interstício no caminho entre casa e algum dos estabelecimentos que existem nas proximidades: um supermercado, uma mercearia, alguns cafés, uma farmácia, um banco, entre outros. De destacar também a existência de uma praça com alguns bancos junto das entradas para o Metropolitano, que no entanto é muito pouco utilizada. Quando o é, é invariavelmente feita por pessoas que esperam alguém para entrarem na estação do Metropolitano e não pelos idosos. A falta de sombra e a proximidade da movimentada estrada da Azinhaga da Cidade parecem ser os fatores que repelem as pessoas deste espaço.

Este é também o espaço da freguesia com maior densidade de comércio e serviços. A principal rua comercial dá pelo nome de Engenheiro Quartim Graça, que se situa junto à Estrada do Desvio, que liga a freguesia do Lumiar à Calçada de Carriche. A existência de muito comércio nesta rua deve-se à sua continuidade com a Estrada do Desvio no Lumiar, que é também uma rua muito comercial. Sendo uma estrada que faz a ligação a uma das entradas de Lisboa, essa pode ser a principal razão pela qual o comércio vinga neste espaço.

Das construções no sul da Ameixoeira destacam-se os prédios da Quinta das Lavadeiras, que surgiram de um grande projeto imobiliário na década de 1970 (Espírito Santo, 1997). A Quinta das Lavadeiras, a Sul do Alto do Chapeleiro, é formada por alguns edifícios com vários andares (Fotografias 12 e 13 – Anexo II). Em todo o conjunto, o uso do espaço público é praticamente inexistente e o carro é a ligação essencial com o resto da cidade. A posição geográfica isolada deste conjunto, tendo apenas dois acessos ao resto da freguesia (sendo um deles à Estrada do Desvio, um eixo importante de ligação ao exterior e ao centro de

Lisboa), os vários lugares de estacionamento que comporta, e a construção em altura dos prédios, espelham como este espaço urbano foi projetado para uma vivência automobilizada da cidade, sem atenção à vivência social possível entre os edifícios. Não existem equipamentos a destacar, e o comércio e serviços são reduzidos. Este bloco de edifícios é semelhante aos da Ameixoeira Sul, mas o seu isolamento leva-nos a ter de considerar este conjunto urbano à parte.

A terceira grande fase de construção teve início nos anos 1990 e prosseguiu para o atual século, inserida no Programa Especial de Realojamento (PER), um programa para as áreas metropolitanas de Lisboa e Porto que se destinava a dar aos municípios a capacidade para erradicar as barracas existentes e realojar os seus ocupantes em habitações de custos controlados. Nesta fase construiu-se o novo bairro de realojamento da Ameixoeira, onde foram realojados habitantes de várias áreas de Lisboa como o bairro antigo das Galinheiras, a freguesia da Charneca ou o bairro do Vale do Forno na freguesia de Carnide. As construções são recentes, e é um caso em que o “realojamento antecedeu a construção de infra-estruturas de transportes e equipamentos básicos, aumentando o isolamento da população com menor capacidade de mobilidade e dificultando o acesso a bens e serviços essenciais” (CEG, 2006: 5). Para além do PER, algumas construções foram continuando a surgir no Sul da freguesia. Os edifícios do projeto PER localizaram-se no Norte da freguesia, nos espaços vazios entre as Galinheiras, a Quinta da Torrinha, o Alto do Chapeleiro e a Ameixoeira Sul. A Quinta da Torrinha ficou em particular rodeada pelos edifícios do PER (Fotografia 14 – Anexo II). Este espaço difere bastante daquele que avizinha, em particular a nível da malha urbana. Esta é perfeitamente geométrica e as ruas são bastante largas, ao contrário do labirinto das Galinheiras e da Quinta da Torrinha. Em termos de espaço público, as construções do PER equiparam os blocos de edifícios com alguns parques infantis, ringues de futebol, um anfiteatro e um espaço para churrascos (Fotografia 15 – Anexo II). A distribuição destes está bastante equilibrada por todo o projeto. Os espaços verdes, no entanto, estão abandonados. Apesar de ser visível a apropriação do espaço público neste lugar, este dá-se principalmente junto aos edifícios e não tanto nos equipamentos construídos. A falta de sombra nestes pode ser um fator desencorajador do seu uso, especialmente quanto aos parques infantis.

No que toca a comércio, pouco existe neste bairro, concentrando-se sobretudo na área Norte. Curiosamente, encontra-se junto ao conjunto das Galinheiras, onde existe já bastante comércio. Destaca-se também negativamente no espaço deste conjunto a Rua Arnaldo Assis Pacheco, em que todos os edifícios têm os andares térreos dispostos para serem lojas, mas estão todos fechados. Isto confere um sentido de vazio e abandono à rua, que é um dos principais eixos. Neste conjunto destaca-se também uma distribuição de serviços pouco

comum. Em duas ruas concentram-se dez associações de diferentes tipos (apoio a deficientes, apoio a refugiados, etc.) e uma outra alberga também seis associações, uma IPSS e um sindicato. O que resulta desta distribuição de serviços nas ruas, dado estão a maior parte do tempo de porta fechada, é a mesma sensação de vazio e abandono, visto que não se gera nenhum movimento na rua.

Um terceiro polo de serviços situa-se entre os dois primeiros, numa malha urbana orgânica e concentra vários serviços de reparação, principalmente automóvel e de móveis. Para além destes polos existe também a norte alguns cafés, oficinas e mais duas associações. Havendo poucos estabelecimentos neste lugar, a sua população tende a dirigir-se às Galinheiras ou ao sul da Ameixoeira para fazer as compras do dia a dia. A relação com a população do sul da Ameixoeira, no entanto, é feita com tensão. Os idosos deste lugar, da Quinta da Torrinha e das Galinheiras referiram que sentem que são vistos com alguma sobrançeria pelos habitantes do sul da Ameixoeira, por serem «diferentes» ou mesmo «mais pobres». Dado isto, muitos idosos optam por se afastar do sul da freguesia e passar o seu tempo nas Galinheiras. Por outro lado, alguns idosos do sul da Ameixoeira identificam a implementação do PER como a génese dos problemas de insegurança que hoje afetam o seu bairro.

Todos estes movimentos de urbanização acabaram por circundar o que resta da Ameixoeira pré-1950. Esse espaço é comumente referido como a zona histórica da Ameixoeira. Esta conjuga alguns monumentos, como a Igreja Matriz da Ameixoeira e a Igreja de Nossa Senhora da Encarnação, com algumas quintas e casas de um andar com várias décadas de existência. Uma boa parte do edificado aqui encontra-se em estado avançado de degradação (Fotografia 16 – Anexo II). Ainda assim, algumas obras no âmbito do Programa de Reabilitação dos Núcleos Históricos de Lisboa, 1993, permitiram a recuperação de alguns edifícios e espaços, em particular a Academia de Santa Cecília, o Palacete do Conde de Monte Real, o Largo do Ministro e o Largo do Terreiro (Fotografia 17 – Anexo II). Dificuldades orçamentais na Câmara Municipal de Lisboa impediram que se prosseguisse com o projeto de recuperação de toda a zona histórica. As ruas são estreitas e não foram feitas para o trânsito automóvel, apesar deste ser permitido na maior parte delas, o que cria vários problemas (Espírito Santo, 1997). Tem junto a si um pequeno lugar nomeado a Quinta da Mourisca: um bairro pequeno, constituído principalmente por pequenas moradias de um único andar, de génese ilegal, construídas em continuidade com as casas da zona histórica. A maior parte do edificado aqui está em estado degradado, algum dele está mesmo devoluto, embora também exista algum edificado em aparentes boas condições. Trata-se essencialmente de duas ruas esguias com muito pouco a dizer sobre elas (Fotografias 18 e 19 – Anexo II). Destaca-se para a

análise aqui empreendida, o facto de ser neste conjunto que se localiza a única associação para a terceira idade da freguesia: a Associação de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira. A sua localização aliada à existência de um forte sentido de lugar e comunidade neste conjunto urbano, leva a que possa ser considerada como uma centralidade para muitos idosos. Não só aqueles que usufruem dos serviços disponibilizados pela Associação de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira<sup>36</sup>, mas também aqueles que ao longo da sua vida tiveram alguma ligação às pessoas que ali moram e que usufruem ainda dos espaços comuns.

Do centro da zona histórica faz parte um pequeno largo – o Largo do Terreiro – muito usado pelos idosos que aí vivem. Aí localizam-se dois cafés, um deles com esplanada, e existem alguns bancos com sombra (Fotografia 20 – Anexo II) onde os idosos se sentam durante a manhã e principalmente durante a tarde para socializar. Também o espaço da Associação de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira é muito utilizado para a sociabilização, aliado à realização de atividades do campo cultural e educativo. A população deste lugar é a mais envelhecida da freguesia. Os idosos que aqui habitam têm um grande apreço pelo lugar, pela sua história e pela sua comunidade. As pessoas que ali vivem conhecem-se há décadas e sentem que o bairro é a sua casa. Foi este sentido de comunidade que levou à organização no local da Associação de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira. A zona histórica enquanto lugar é vista por eles como uma resistência do tempo passado, ameaçada pelas mudanças vorazes que se desenrolaram no espaço em seu redor. Os elementos do exterior são muitas vezes vistos como incómodos para o sossego do lugar: os carros que passam ou os jovens que fazem barulho. A necessidade de manter a zona histórica «como era» ou «como sempre foi» é referida com regularidade pelos idosos que aí habitam. Portanto, os outros lugares da freguesia só são visitados em plena necessidade: o destino mais regular será talvez um supermercado que se situa apenas a algumas centenas de metros fora da zona histórica ou o Centro Social e Paroquial da Ameixoeira, a uma distância semelhante.

No geral e em especial na zona histórica, a história da Ameixoeira tem um peso importante para os habitantes idosos. O facto de ser um lugar que se pode considerar recente, tendo em conta a história de Lisboa, não menORIZA a valorização que se faz da historicidade. Pelo contrário, o facto de a história da Ameixoeira se confundir com as histórias de vida dos seus habitantes mais idosos, cria um sentimento de apropriação mais profundo. Não obstante, é também a profundidade da história do lugar que é enfatizada. Um dos idosos, por exemplo, referiu que a Ameixoeira era já frequentada nos tempos medievais pela nobreza que fazia ali duelos. Outros referiam-se às quintas que ali havia e como eram frequentadas por membros

---

<sup>36</sup> Para maior detalhe sobre estes, *vide infra*, capítulo sete.

da nobreza e pessoas cultas. Há um certo sentido de atemporalidade nos relatos da historicidade da Ameixoeira, de um tempo indefinido em que esta era um espaço da aristocracia. O mesmo sentido de um passado melhor existe também para o passado vivido. De maneiras diferentes, os idosos tendem a caracterizar o atual do lugar em que vivem como uma degradação do passado. Em lugares como a Quinta da Torrinha ou as Galinheiras, é enfatizado o passado bucólico do lugar em contraste com a urbanidade incessante do presente. Em lugares como a Ameixoeira Sul, é o passado de um espaço urbano jovial e vívido em contraste com o espaço ameaçador e abandonado de hoje. Na Zona Histórica, é a perda da tradição da comunidade que é mais sentida. Em todos estes casos, a história do lugar, não obstante alguns relatos de um passado intemporal, surge enquanto memória e não enquanto narrativa. As mudanças que o lugar teve são as mudanças que o sujeito viveu. Deste modo, a permanência do lugar aproxima-se da permanência do modo de vida que se teve durante o curso da vida.

#### **6.4 - A rede de acessibilidades da Ameixoeira: fator estruturante da mobilidade**

As acessibilidades que ligam os diferentes conjuntos têm uma estrutura bastante definida. Na Figura 15 podem-se ver os principais eixos de ligação rodoviária dentro da freguesia da Ameixoeira. Estes foram seccionados em vias principais de 1º e 2º nível, vias secundárias e vias locais. Como se pode ver, a principal via de ligação ao exterior da freguesia é o Eixo Norte-Sul: uma via estruturante a nível metropolitano. Uma outra ligação importante a nível metropolitano para a Ameixoeira existe fora das suas fronteiras. Trata-se do eixo Calçada da Carriche – Avenida Padre Cruz que é acessível pelas vias a sul que ligam a freguesia ao Lumiar. Existe apenas uma via principal que liga toda a Ameixoeira no seu interior, num sentido Sul-Norte: o contínuo Rua Adelino da Palma Carlos-Rua do Grafanil a oeste. Esta é uma rua larga que liga essencialmente a área central da Ameixoeira à Quinta da Torrinha e às Galinheiras.

A nível de ligações secundárias realçam-se dois conjuntos. A noroeste, a Rua do Alto do Chapeleiro, que começa no fim da Estrada do Desvio (liga o Lumiar à Calçada de Carriche), passa pela Quinta das Lavadeiras e pelo bairro do Alto do Chapeleiro e termina no bairro das Galinheiras. A sudeste temos o segundo conjunto que se pode dividir em dois. O primeiro sub-conjunto encontra-se na parte sul da freguesia, sendo formado por uma série de estradas na área central da Ameixoeira que fazem ligações às freguesias do Lumiar e da Charneca e que dão acesso às vias principais da cidade: a Avenida Padre Cruz e o Eixo Norte-Sul. O segundo sub-conjunto trata-se do eixo Azinhaga das Galinheiras – Avenida Glicínia Martin. Este liga o bairro das Galinheiras até à Quinta da Mourisca, passando por parte do bairro PER.

Em termos de transportes públicos, estes servem, em primeiro lugar, os bairros mais antigos – das Galinheiras e a Ameixoeira Sul – e em segundo lugar percorrem as principais vias da freguesia – a via principal de 2º nível e uma das vias secundárias a Norte (Figura 16). Estas áreas contrastam profundamente com os bairros PER a este e a Quinta da Torrinha, onde estes estão ausentes. A estação do metropolitano foi construída em 2004 na zona urbana mais consolidada.

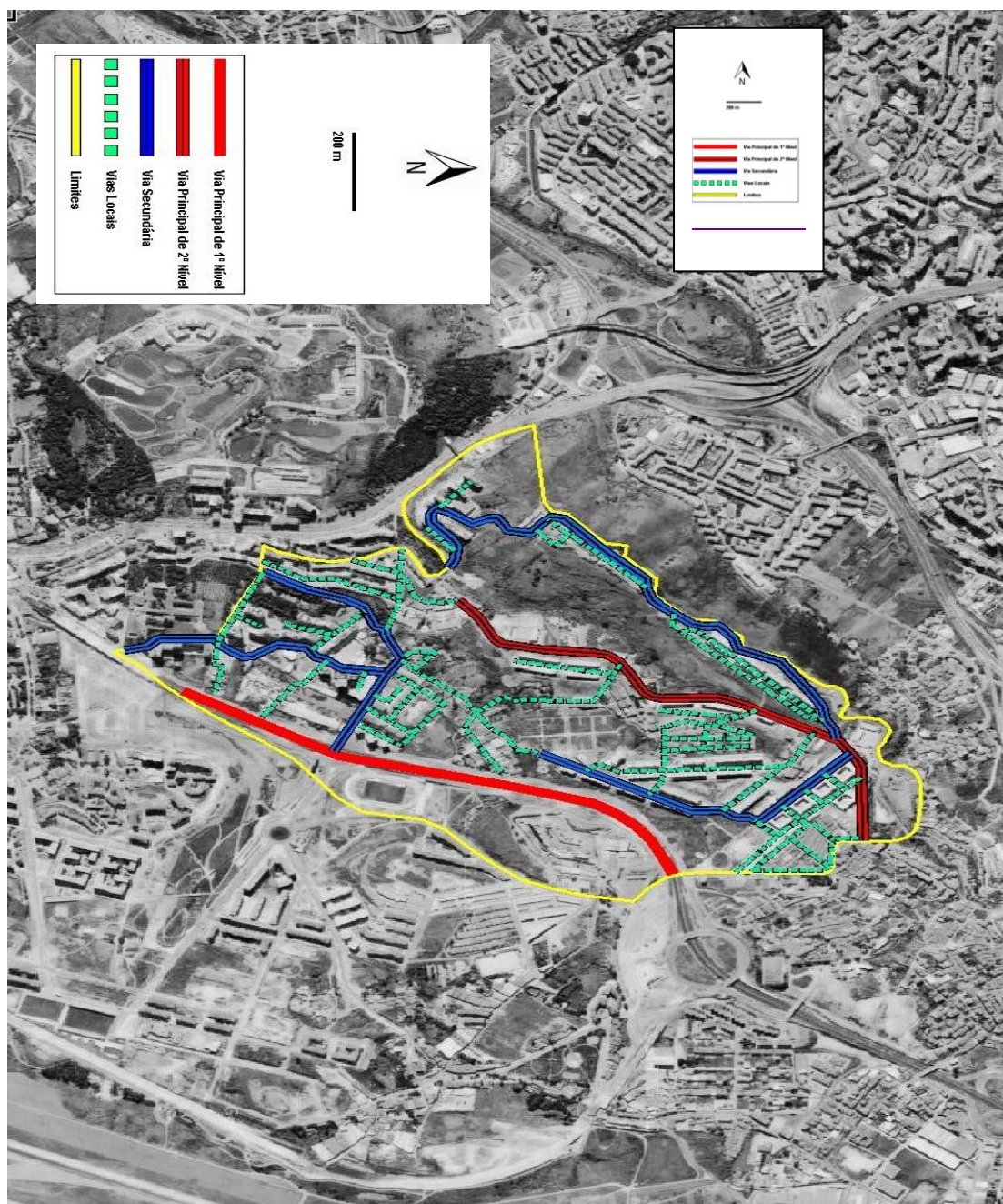


Figura 15 – A rede de acessibilidades rodoviárias da Ameixoeira. Elaboração própria.



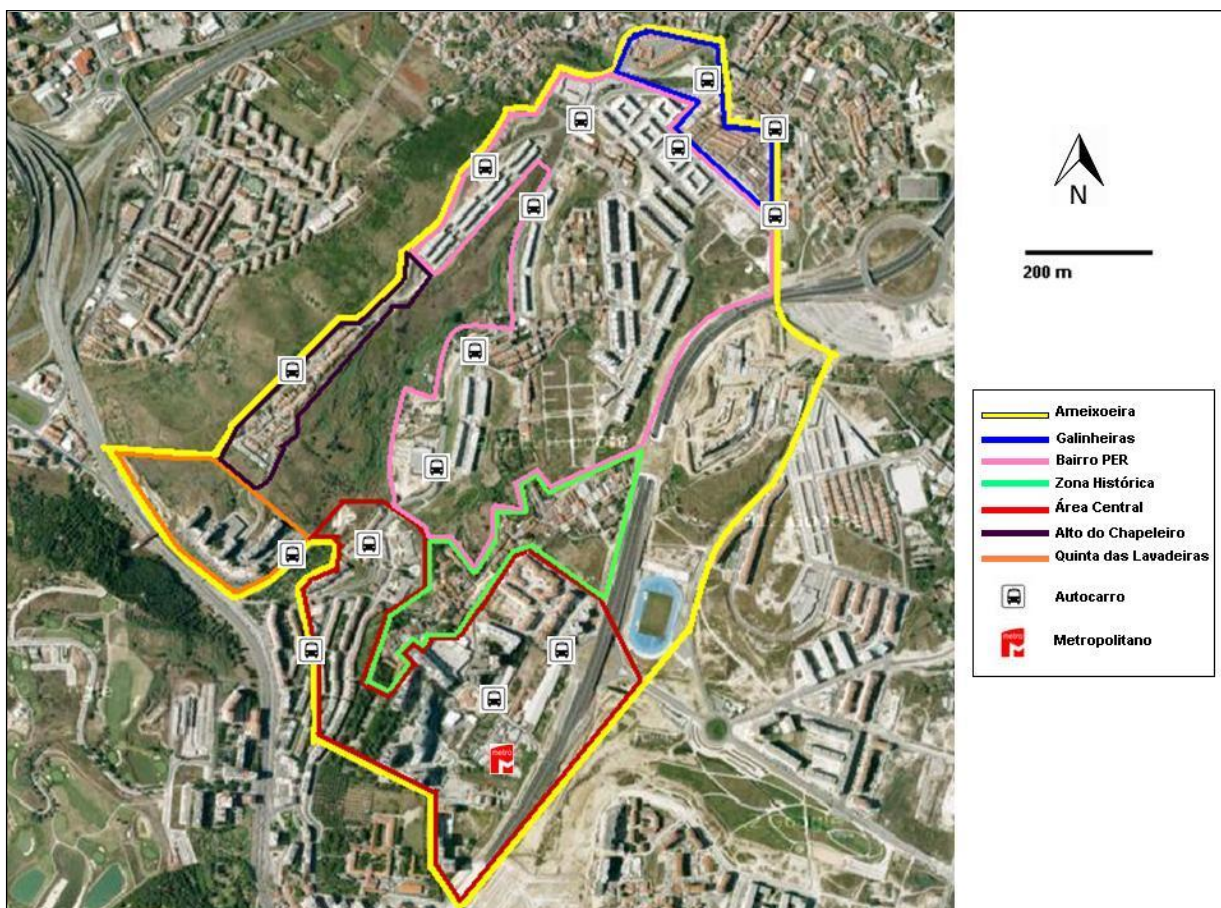


Figura 16 – Transportes públicos na Ameixoeira. Elaboração própria.

A rede das vias rodoviárias permite identificar uma estrutura entre os diferentes lugares da freguesia. Estes lugares são facilmente identificáveis pelas malhas de vias locais e, em termos de comunicação espacial entre si, permanecem isolados. Existem apenas algumas vias de acesso entre os diferentes bairros, o que mostra como a Ameixoeira é um espaço fragmentado, produto de diferentes movimentos de expansão urbana sem conexão entre si. A fraca abertura dos lugares, neste contexto, estrutura e condiciona a vivência das pessoas. Como a mobilidade dos idosos assenta no andar, a descontinuidade espacial surge como um constrangimento físico. Esta descontinuidade espacial permite que as descontinuidades sociais se mantenham e continuem a suportar limites sociais.

### 6.5 - Síntese: a Ameixoeira enquanto espaço dual

Percorrendo a pé a freguesia torna-se claro, ao se atravessar os diferentes conjuntos urbanos aqui referidos, que passamos por espaços com disposições e ambientes distintos e

que projetam sensações também elas distintas. Lugares como a Zona Histórica, a área sul da Ameixoeira ou as Galinheiras têm uma vida pública bastante própria e com alguma vivacidade, ainda que os espaços destes lugares e as populações que os habitam sejam bastante distintos. Em outros lugares, no entanto, como o Alto do Chapeleiro, a Quinta das Lavadeiras ou o bairro PER, a sensação é outra. A rua é um lugar abandonado, sem o calor da presença humana. As diferentes periodizações históricas dos bairros e a lógica do seu aparecimento muito contribuirão certamente para a escassa vivência social no espaço público bem como as precárias relações que se estabelecem com os outros lugares.

Numa breve análise, identificam-se dois grandes blocos territoriais na freguesia: um a sul constituído pela área sul da Ameixoeira, a Quinta das Lavadeiras e a Zona Histórica; e outro a norte formado pelo bairro das Galinheiras, o bairro PER e a Quinta da Torrinha (Figura 17). Entre estes dois blocos existe apenas uma via de comunicação principal e outras com condições muito pobres de acesso, tanto para peões como para carros. Temos então um espaço aparentemente dividido em dois setores: um destinado à classe média com maior acesso a serviços e comércio, com boas ligações à cidade de Lisboa, e um espaço periférico, de habitação social, com pouco comércio e reduzidos serviços, embora com algum associativismo. A Ameixoeira é, assim, um espaço essencialmente dual.



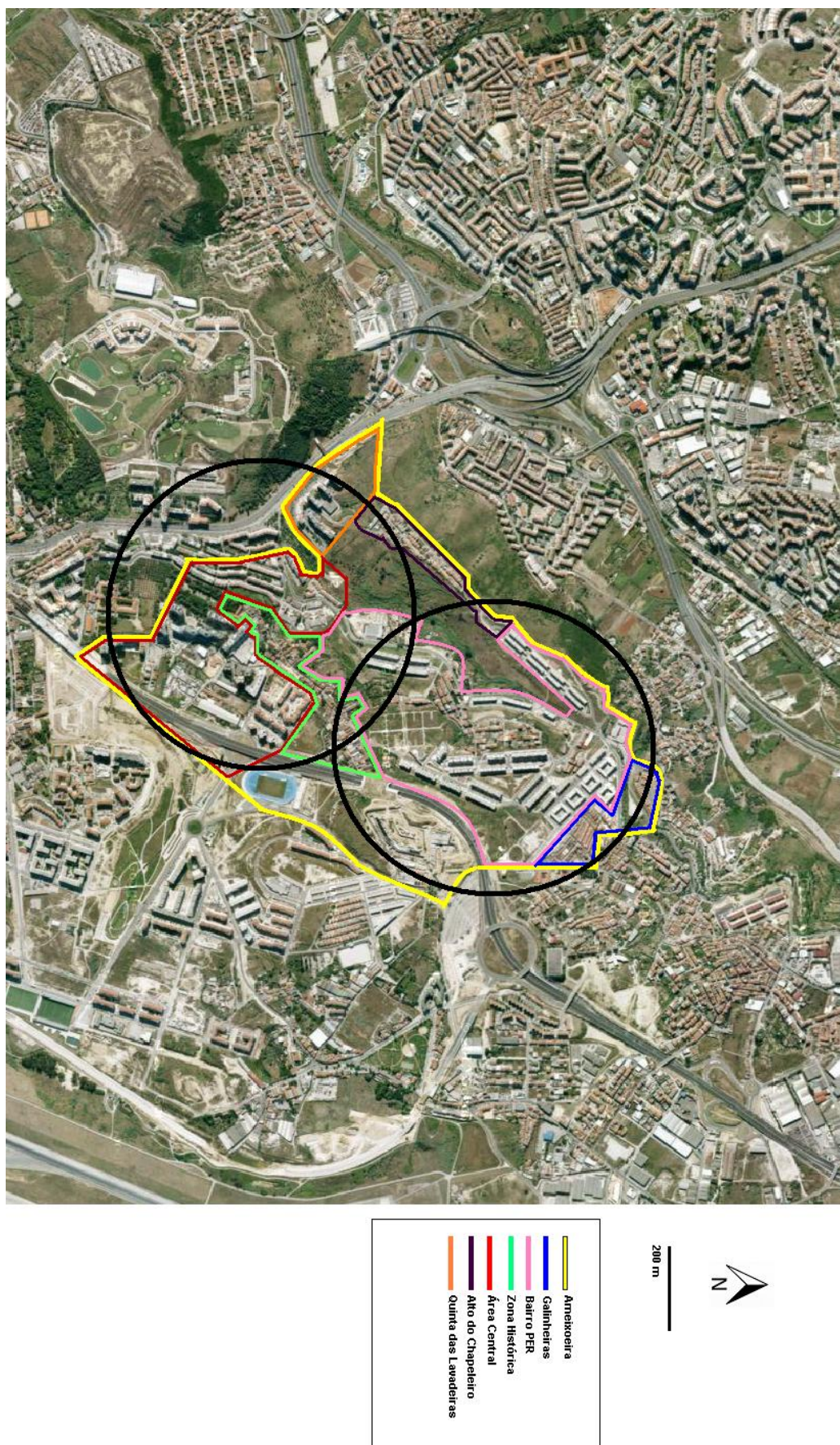


Figura 17 – O espaço dual da Ameixoeira. Elaboração própria.

## **7. O espaço-tempo dos idosos da Ameixoeira**

Chegou o momento de nos debruçarmos sobre o uso do tempo e do espaço dos idosos da Ameixoeira. Começaremos por apresentar uma visão geral sobre o quotidiano dos idosos, identificando os aspetos em comum acerca do modo como estes se relacionam com o tempo e o espaço, caracterizando as suas temporalidades e as suas espacialidades. Depois, olhar-se-á em pormenor os diferentes espaços-tempo (doméstico, social e de recursos) que compõem o quotidiano dos idosos, descrevendo aí com maior detalhe as heterogeneidades da população abordada. Numa terceira fase, abordar-se-ão as principais variáveis no uso do espaço e do tempo pelos idosos para posteriormente se prosseguir para a identificação dos grandes constrangimentos tempo-espaço que afetam a qualidade de vida dos idosos. Finalmente, far-se-á a revisão das hipóteses colocadas no início do nosso estudo.

### **7.1 - Uma Visão Geral Sobre as Temporalidades e Espacialidades do Quotidiano**

O dia a dia dos idosos da Ameixoeira não é homogéneo, mas é possível desvendar uma estrutura-base temporal que rege a forma como o dia e a semana se organizam. Esta não é uma estrutura surpreendente. De um modo geral está em conformidade com a estrutura hebdomadária ocidental (Poitiers, 1990: 267), mas tem alguns aspetos interessantes que podem já ser salientados. As grandes atividades que estruturam o dia são, sem surpresa, o sono e a alimentação. As figuras 18 e 19 ajudam a perceber estes ritmos. Aqui, a biotemporalidade surge como o grande elemento estruturante. São as temporalizações dos ritmos fisiológicos que pautam o uso do tempo ao longo do dia. De um modo geral, estas são informações que já nos eram conhecidas dos trabalhos de antropólogos e sociólogos (de Chalendar, 1973; Poitiers, 1990). Há que sublinhar apenas a pouca oscilação nos blocos de tempo em que as atividades são realizadas.

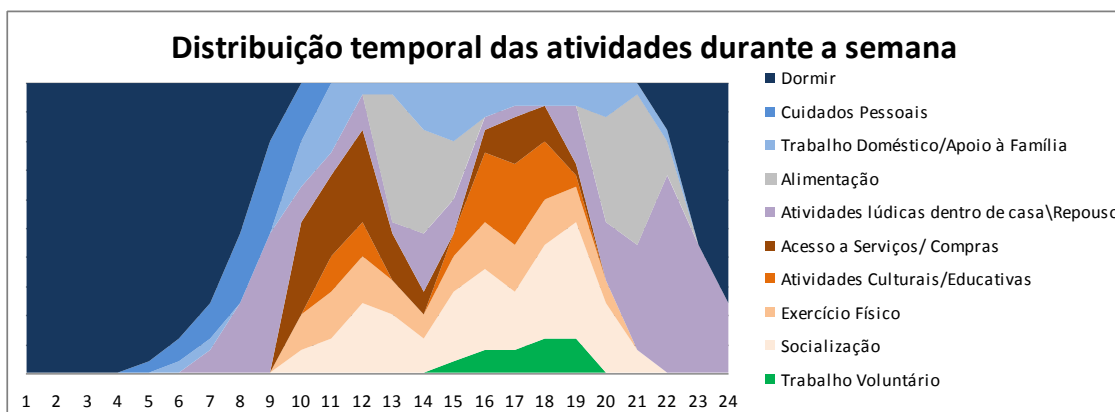


Figura 18 – Distribuição temporal das atividades durante a semana. Elaboração própria.

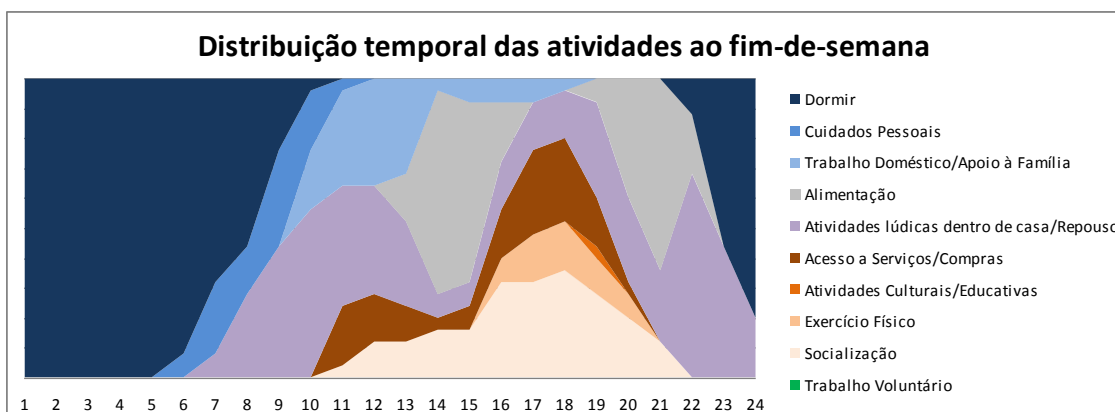


Figura 19 – Distribuição temporal das atividades ao fim de semana. Elaboração própria.

No que respeita ao sono, existe uma tendência geral para adormecer cedo e acordar cedo. A hora de deitar oscila apenas em 3 horas em todos os inquiridos, das 21 horas até à meia-noite. A hora de acordar concentra-se muito mais, na maior parte dos inquiridos, nas 7 e nas 8 horas, embora alguns dos idosos acordassem regularmente entre as 4 e as 9 da manhã. Em relação à alimentação, existe também uma fraca oscilação. O pequeno-almoço varia bastante na hora em que se realiza, mas não em referência à hora de acordar – nunca vai muito para além de um hora depois de acordar. O almoço e o jantar são particularmente rígidos. O almoço não começa mais cedo que o meio-dia e não termina mais tarde do que as 14 horas e meia. Também o jantar não começa mais cedo que as 19 horas e não vai muito para além das 21 horas. As outras refeições são menos estruturadas e muitas vezes não ocorrem. O pequeno-almoço, almoço e jantar, no entanto, raramente são descurados. A importância destas atividades e o seu espaço-tempo serão analisados com maior profundidade mais à frente. Estas são essencialmente as atividades que pautam o dia – marcam o fim de um bloco de atividades e a passagem para outro. Estes blocos de atividades que se inserem na manhã, na tarde ou na noite são organizados numa lógica de prototemporalidade. As atividades são organizadas sequencialmente no tempo e no espaço mas sem uma pontuação temporal muito



determinada. A Figura 20 exemplifica esta lógica aplicada a uma manhã típica. Não se verificam práticas policrônicas recorrentes nos idosos. Pelo contrário, as atividades tendem a ser realizadas monocronicamente, com uma sequência determinada que é repetida dia após dia, ainda que os períodos temporais em que cada atividade se insere não sejam rígidos. Isto é, uma atividade inicia-se sempre após uma anterior, mas não sempre à mesma hora do dia.

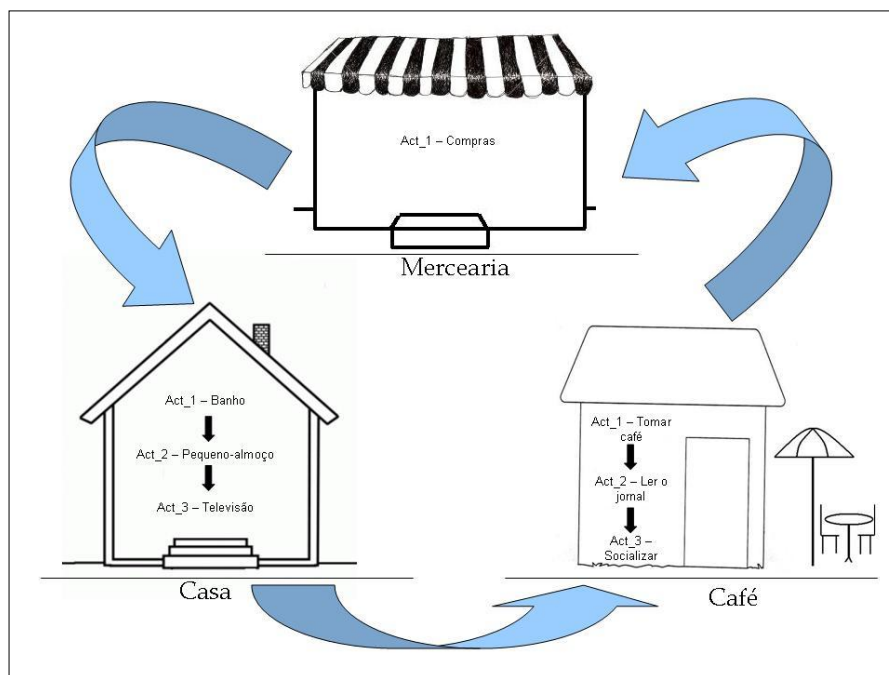


Figura 20 – Prototemporalidades e trajetórias. Elaboração própria.

Naturalmente, a sequenciação das atividades é simultaneamente temporal e espacial. Ou seja, esta comporta trajetórias no espaço. Esta trajetória é um modo de viver o espaço, entendido como uma manutenção da normalidade. Estas são geralmente referidas pelos idosos como algo pessoal: “as minhas voltas” é a expressão comum para denominar estas trajetórias. Passemos a referir mais concretamente as atividades realizadas. A manhã está principalmente ligada a atividades de cuidados pessoais, embora estas nunca se estendam para além de duas horas, de trabalho doméstico, de acesso a serviços, de sociabilização e de compras. O trabalho doméstico, ainda assim, é o predominante, para além dos cuidados pessoais. Quando alguma destas é realizada, geralmente ocupa a manhã toda. Já a tarde está muito mais associada à sociabilização, a atividades culturais, educativas ou de exercício físico. A sociabilização ocupa grande parte do tempo e integra-se com outro tipo de atividades. Os lugares de eleição para se socializar são os jardins e cafés. Também se realizam atividades culturais e educativas em instituições locais, ou de exercício físico pelas ruas da freguesia ou em jardins próximos. As atividades culturais são diversas. Entre as recenseadas encontram-se:

jogos informais de cartas, croché, artesanato, arranjos florais, pintura, música, dança e teatro<sup>37</sup>. A maior parte destas atividades são realizadas próximas da residência<sup>38</sup>, exceto o acesso a exposições, concertos ou peças que não têm oferta dentro da freguesia. As atividades educativas são mais reduzidas: centram-se em línguas – português ou inglês – e informática, e são realizadas na Universidade Sénior da Junta de Freguesia da Ameixoeira. A principal atividade de exercício físico é o andar. Vários idosos andam com o intuito de se exercitarem. Esta é uma atividade que em particular se interliga muito com a sociabilização, pois é geralmente realizada em conjunto. No entanto, um dos inquiridos frequentava também, com outros idosos e algumas pessoas mais jovens da Ameixoeira, aulas de hidroginástica. No bloco da noite as atividades são muito menos diversas. Quase todos os inquiridos, depois do jantar, ficam a ver televisão até à hora de se irem deitar. Foram poucos os que referiram outras atividades neste período, e entre estes destacam-se alguns idosos que referem que lêem o jornal ou literatura e algumas mulheres que referem a arrumação da cozinha neste período.

Este plano geral do dia aplica-se de segunda-feira a sexta-feira. O fim de semana tem dinâmicas diferentes. Isto é interessante de considerar, visto que muitos dos idosos não têm compromissos, de índole laboral por exemplo, que obriguem a um ritmo diário de Segunda a Sexta diferente daquele do fim de semana. Duas razões justificam este fenómeno. Primeiro, há que considerar esta estrutura semanal dentro do ciclo de vida dos idosos, tendo em conta que a temporalidade humana, ou nootemporalidade, inclui sempre aspetos retentivos (Husserl, 1991 [1893-1917]). Todos os idosos entrevistados referiram que antes de se reformarem tinham horários laborais fixos, geralmente das 9 às 17, que é também o período de maior atividade no exterior dos idosos. Trabalhavam de segunda a sexta e folgavam no fim de semana. De facto, este é o horário de trabalho típico desta geração. É ainda hoje um horário bastante utilizado, mas num período de flexibilização laboral, os horários são regulados à medida da necessidade das empresas. Hoje é comum as pessoas não folgarem ao fim de semana, ou terem diferentes horários ao longo do ano, do mês, ou mesmo da semana. Os idosos abordados não conheceram essa realidade laboral e portanto a sua eotemporalidade é pautada pelo ritmo laboral das 9 as 17 em dias úteis. E o facto de terem vivido essa estrutura durante várias décadas de labor leva a que a eotemporalidade semanal atual contenha ainda esses ritmos. Aplica-se aqui também o conceito de *path dependance*. Devido à instituição desta estrutura no seu quotidiano e as atividades se enquadrarem nesse plano, é possível agora reformular pequenos aspetos da estrutura, mas para reformular as bases seria

---

<sup>37</sup> Nestes quatro últimos referimo-nos tanto à realização como à assistência.

<sup>38</sup> Em particular na Associação de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira, na Universidade Sénior da Junta de Freguesia da Ameixoeira, em alguns espaços públicos, cafés ou mesmo na própria habitação.

necessária uma adaptação demasiado custosa em termos de recursos temporais para ser realizada. Este facto explica também a rigidez encontrada na estrutura do dia em si – a nível do bloco de tempo do sono principalmente. Não obstante, outra razão explica o uso de tempo diferente no fim de semana. Trata-se da disponibilidade temporal de familiares, em particular dos filhos. Estes, apesar de terem horários complexos e ter sido reportado terem disponibilidade durante a semana, estão mais disponíveis ao fim de semana. A sua disponibilidade permite aos idosos realizar com eles atividades que não costumam realizar no dia a dia. Visitas e almoços em casas de familiares, passeios em parques públicos ou centros comerciais, idas à missa, idas a feiras, e participações em eventos políticos são atividades realizadas ao fim de semana que não se realizam em dias úteis e tornam o fim de semana um espaço-tempo especial. Não são, no entanto, atividades estritamente cingidas ao fim de semana. Durante a semana, identificaram-se viagens de longa distância, visitas e almoços em casas de familiares, passeios em parques públicos ou centros comerciais e participações em programas televisivos. Não obstante, o fim de semana apresenta-se como um espaço-tempo especial, como se se saísse do quotidiano (Figura 21). Assim, verifica-se uma estrutura rítmica quotidiana que inclui repetição e diferença, como Lefébvre (2004) previa. Ainda que as atividades dos próprios fins de semana se repitam, são sempre vistos como algo especial e fora da normalidade.

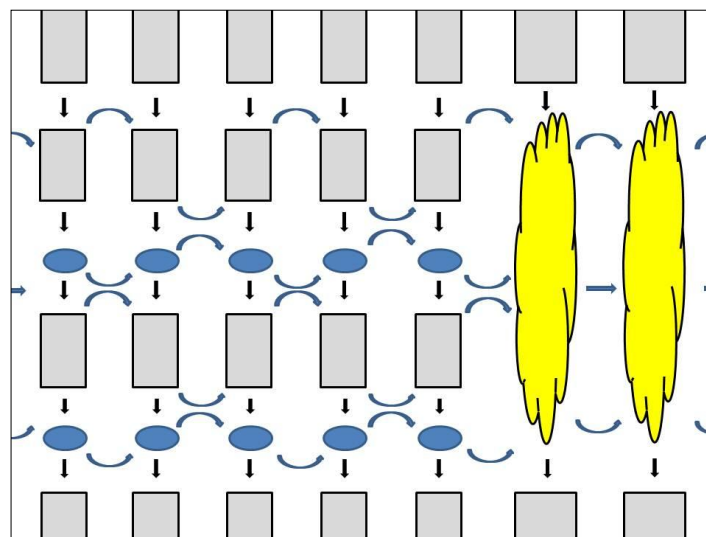


Figura 21 – Repetição e diferença na estrutura temporal da semana. Elaboração própria.

Falta então concretizar estes planos temporais e de atividades a nível espacial. Os espaços a que as pessoas acedem têm uma relação próxima com as atividades que realizam e a sua temporalidade. Já anteriormente se fez referência a aspetos espaciais devido ao facto, destes serem indivisíveis na sua experiência. Tratá-los separadamente implica, ainda assim,



não deixar de ter em conta a sua simultaneidade. Para referência, a Figura 22 deixa antever o enquadramento da espacialidade no uso do tempo. Em geral, os idosos da Ameixoeira não têm uma espacialidade muito extensa. A maior parte das pessoas abordadas passa quase toda a semana sem sair do seu bairro. O uso do espaço está em harmonia com as oscilações temporais já referidas. Especifiquemos. As atividades estruturantes do dia – o sono e a alimentação – são realizadas quase sempre em casa. O sono é invariavelmente em casa, conquanto que a alimentação é quase sempre em casa, mas é realizada fora em momentos especiais. Estes momentos acontecem no almoço – as restantes refeições são quase sempre em casa. O bloco de tempo da manhã é também geralmente passado na habitação devido à importância dos cuidados pessoais e do trabalho doméstico. As atividades que requerem que se saia de casa – acesso a serviços e comércio – são também realizadas o mais perto possível. Apenas se sairá dentro do perímetro da freguesia caso seja algo impossível de encontrar no bairro, como serviços de saúde ou uma loja do cidadão.

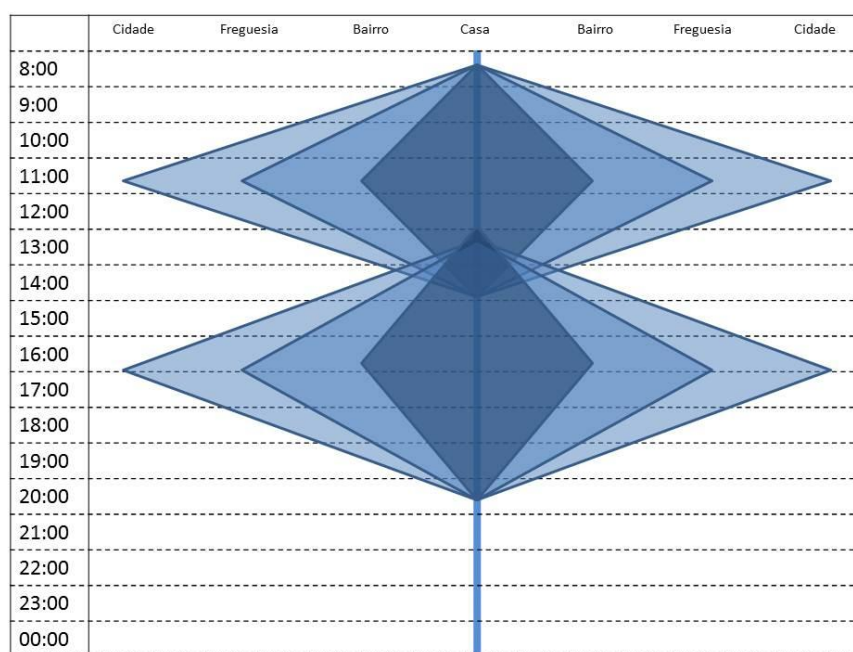


Figura 22 – Uso do tempo versus uso do Espaço. Elaboração própria.

De um modo geral, as compras são feitas na mercearia do bairro e o café que se visita é o da própria rua. Só no fim de semana se verificam viagens para compras fora da freguesia, geralmente com um intuito mais lúdico. O principal meio de transporte é o pedestre. Durante a tarde, há uma maior heterogeneidade. Existem pessoas que ficam no bairro, por escolha própria ou não, e pessoas que saem, também por escolha própria ou não. Aprofundar-se-á esta questão mais à frente. Quando se sai do bairro, geralmente fica-se dentro da freguesia. Quando se sai da freguesia, o destino é quase sempre dentro da cidade de Lisboa. A freguesia

do Lumiar é um destino importante visto que tem algumas coisas que a freguesia da Ameixoeira não tem, em particular jardins públicos e comércio. No entanto, não é apenas a percepção do que o espaço providencia em termos de recursos ambientais ou económicos que pesa no espaço vivido, mas a representação do mesmo, mais concretamente em termos do sentido de comunidade local que o lugar tem ou não. No bloco da noite, não se encontrou um único caso em que a pessoa saísse. Isto, como se verá mais em pormenor, está também relacionado com a representação do espaço (e do tempo) – neste caso por ser tomado como um lugar perigoso. Existe também uma diferença grande entre o uso do espaço de segunda e sexta e no fim de semana. O fim de semana é um período temporal em que o perímetro do quotidiano se alarga bastante. É um período temporal em que, devido às atividades consideradas especiais, se sai do raio habitual do quotidiano para se ir a lugares por vezes com vários quilómetros de distância. Grande parte das viagens é na cidade de Lisboa, mas regista-se também várias para fora de Lisboa. Apenas se registaram duas viagens de longa distância (Mértola e Alcoutim), que aliás se efetuaram ambas durante a semana. Registaram-se idas a lugares como Feijó, Costa da Caparica, Fernão Ferro, Odivelas e Amadora. Todos estes lugares são, ainda assim, na Área Metropolitana de Lisboa. Do mesmo modo que a temporalidade e as atividades do fim de semana surgem como diferentes e especiais, também os lugares visitados o são. De facto, o tempo-espaço especial do fim de semana é muitas vezes qualificado discursivamente em termos espaciais, sendo comum a expressão “sair daqui” (e.g. “é sempre bom sair daqui, dá para desanuviar do dia a dia” – dito por uma idosa de 74 anos).

## **7.2. Os diferentes espaços-tempo: um olhar em pormenor**

Ir-se-á neste momento tratar em maior detalhe os diversos momentos que compõem o quotidiano dos idosos na Ameixoeira. Começar-se-á com o espaço-tempo doméstico, que engloba as atividades mais pessoais: o sono, os cuidados pessoais, o trabalho doméstico, a alimentação, o repouso. Passar-se-á então para os espaços-tempo exteriores. Primeiro, tratar-se-á os da sociabilidade e posteriormente serão as atividades lúdicas a ser analisadas. De seguida, o foco recairá sobre a procura de recursos. Dividir-se-á este ponto entre a procura de comércio e a procura de serviços. Destes segmentos espera-se poder apresentar um plano de pormenor sobre o quotidiano que aprofunde a informação esplanada na secção anterior.

### ***7.2.1 - O espaço-tempo doméstico***

O espaço-tempo da domesticidade pode parecer irrelevante, mesmo numa análise a nível local, por duas razões. Primeiro, a amplitude espacial é muito reduzida. E em segundo, o

uso do tempo doméstico é visto como automático, repleto de atividades necessárias e repetitivas, realizadas sem se pensar muito nelas. No caso em estudo, não se podem aplicar qualquer um destes pré-conceitos. O espaço-tempo doméstico é um espaço-tempo interior em duplo sentido. Por um lado, perfaz a quantidade de espaço e de tempo que a pessoa tem abrigada do exterior e da sociedade. Por outro, a sua relevância subsiste no significado que as pessoas associam à domesticidade. A estes dois aspetos associados à casa, acrescenta-se ainda um terceiro, que é o papel da habitação como ponto basilar na organização espacial do dia.

As atividades realizadas em casa têm quase sempre uma temporalidade bastante definida, embora essa varie de pessoa para pessoa. O maior bloco de tempo seguido dentro de casa é aquele entre o jantar e o pequeno-almoço. Este é um longo momento de lentidão. Após o jantar, os idosos tendem a ficar em casa. A principal atividade realizada é ver televisão. Alguns referem outras atividades, que são sempre de índole relaxante, como ler romances ou o jornal, ou fazer croché. Algumas mulheres aproveitam este período para arrumar a cozinha lentamente. É um momento de repouso em que se espera pelo sono, um temporalidade associada ao descanso, ao repouso e à familiaridade. Entre os mais velhos, este vem mais cedo. Para os mais novos, geralmente vem mais tarde, mas nunca depois da meia-noite. Alguns inquiridos referem no entanto que nem sempre agiram assim neste período. Para alguns homens que vivem na Zona Histórica ou perto dela, se permanecem em casa neste período é porque não se sentem seguros para ir para o exterior. Um entrevistado de 78 anos que reside na Zona Histórica refere:

“Nós antes ficávamos sentados na rua até à meia-noite – sentávamos ali com um cobertor, não passavam aqui carros como agora, um gajo com um cobertor, ficávamos à porta, ali sentados à porta, até às tantas da noite. Agora? Agora não se pode fazer isso.”

Outro entrevistado de 73 anos, residente na Ameixoeira Sul, refere que havia cafés onde as pessoas iam depois do jantar, mas que com o aumento da insegurança, as pessoas deixaram de sair e aos poucos esses cafés passaram a fechar mais cedo. Por este motivo, os idosos passaram a ficar em casa. Adormecendo cedo, a maior parte também acaba por acordar cedo – nunca depois das nove horas da manhã. O momento dos cuidados pessoais vem quase sempre depois do sono. Depois de acordar, quase todas as pessoas referem demorar entre uma a duas horas nos seus cuidados pessoais até tomarem o pequeno-almoço, que será dentro ou fora de casa. Dado que a maior parte acorda cedo, acabam também por estar a “fazer tempo” até os cafés estarem mais cheios ou os supermercados abrirem. Não existem muitos idosos que fiquem habitualmente em casa a manhã toda. No entanto, também não saem muitas horas. Regressam aproximadamente ao meio-dia para fazer o almoço. O almoço e

o jantar, como já se referiu, são muito importantes na estruturação do dia. No entanto, os significados associados a estes divergem. Estas refeições estão muito associadas à família, logo a sua realização está diretamente ligada a quem a efetua. Existe uma diferença de género bastante visível neste campo. Para os homens, em especial os viúvos, estas refeições tendem a ser um mero interstício entre outras atividades do dia. Para as mulheres, elas merecem um outro cuidado. O ato de cozinhar é algo para ser feito sem pressa. A preparação dos ingredientes, a confeção do prato, e o pôr a mesa são momentos sequenciais que precisam de atenção. Ainda assim, o significado colocado na refeição é maleável. Ele é particularmente valorizado pelas idosas que vivem com filhos ou netos. Uma inquirida de 77 anos descreve como realiza os almoços:

“As coisas não podem ser apressadas. Para se fazer um bom almoço é preciso tempo – a batata tem de cozer, a água tem de ferver lentamente – demora algumas horas mas é preciso tomar esse tempo. Assim a comida sabe melhor e até é mais económico, dá para todos e para mais que uma vez. A vida também não está para mais que isso e é preciso voltar a fazer as coisas assim, como antigamente. É isto que faz falta às pessoas e não têm.”

Esta senhora tinha passado recentemente a viver de novo com um filho em casa e passou a investir mais tempo nas refeições que cozinha. Noutro caso, também uma mulher de 73 anos refere que para si faz qualquer coisa à pressa – “que dê para encher o estômago” – mas quando os netos estão lá em casa, prepara algo mais elaborado com antecedência. De facto, o que têm em comum as pessoas que não dão importância ao momento da refeição é o facto de não a partilharem com ninguém. Neste caso, a refeição torna-se uma tarefa a ser realizada de forma rápida para se prosseguir para outras.

O trabalho doméstico é também uma atividade que ocupa algum tempo dentro de casa. Neste existe uma diferença visível entre homens e mulheres. Nos casais, o trabalho doméstico recai na mulher. Entre os viúvos, o uso do tempo doméstico tem uma variação menor, embora as mulheres ainda passem mais tempo em casa a realizar tarefas domésticas. O trabalho doméstico é realizado principalmente de manhã, de modo a libertar o tempo da tarde para atividades mais aprazíveis. Apesar de ser visto como uma atividade menos agradável, o trabalho doméstico acaba por adquirir os ritmos das outras atividades interiores, e é feito com alguma lentidão. A sua realização tende a fragmentar-se ao longo da semana, com as tarefas a serem divididas por cada dia, de modo a não ocupar muito tempo em cada um dos dias e a permitir a realização de outras atividades mais agradáveis.

No geral, este espaço-tempo interior é marcado pela lentidão, pelo relaxamento e pelo sentimento de segurança. Regressa-se a casa para descansar, para comer e para evitar as horas perigosas da noite. Dentro de casa, as coisas decorrem de um modo mais pausado do

que no exterior. Os ritmos são lentos. A casa é sempre vista como o retiro da família. Precisamente por esse motivo, para alguns idosos torna-se um espaço sufocante. Em particular nas pessoas viúvas, nota-se a procura constante do exterior para evitar ao máximo um lugar vazio e silencioso. À noite, a voz e a luz da televisão fazem companhia. Importa aqui referir o perigo de não se ser capaz de fugir à casa. A maior parte dos idosos passa o seu tempo com pessoas da sua geração. O que isto implica em idades avançadas é que, com o falecimento de amigos e vizinhos, a rede social da pessoa torna-se cada vez mais pequena e escasseiam os sítios para onde ir. Se a pessoa não tem família, acaba numa situação de grande isolamento, dado que não tem razões para sair de casa. No entanto, quem não está nesta situação, associa um grande significado à casa e gosta de passar lá tempo. Esta tem que ser vista como uma construção emocional que envolve várias décadas de ligação ao lugar. Entre os entrevistados, a maior parte das pessoas vivia na sua casa entre trinta a cinquenta anos. Compreende-se então a importância do papel da casa nas espacialidades e temporalidades do idoso. Finalmente, é de referir também no plano geral a ligação entre o estar em casa e o estar no exterior. Os idosos da Ameixoeira raramente passam o dia todo longe de casa. Durante o dia, voltam a ela várias vezes: para deixar as compras, para almoçar, etc. Também o quotidiano exterior nunca está muito longe de casa – isto principalmente em termos temporais. A pessoa pode-se deslocar até bastante longe em termos espaciais, mas sempre com a opção de voltar a casa com alguma rapidez.

### *7.2.2 - O espaço-tempo da sociabilidade*

Do quotidiano interior passamos para o exterior. Começamos com a principal razão que leva os idosos a sair de casa: as relações sociais. A rede social da pessoa é um fator de grande importância no uso do tempo e do espaço. A família, em particular, é um conceito à volta do qual se organiza o dia a dia. Mais, ela está na transição entre o interior e o exterior, estando presente em ambos esses espaços-tempo e sendo através dela que muitas vezes nos é apresentado ou o exterior ou novos interiores. Para os idosos, a família próxima muitas vezes baseia-se apenas no cônjuge. O contacto com os filhos e netos concentra-se no fim de semana, como já se viu. É raro ser diário tal como é raro, em especial em idades avançadas, haver contactos regulares com irmãos ou irmãs. A vida com o cônjuge é uma vida particularmente interior. Na maior parte dos casais, quando se sai para socializar, não se vai em conjunto. Por essa razão também se verificam atividades bastante diferentes entre mulheres e homens fora de casa. As mulheres têm tendência para procurar coisas novas: atividades culturais, educativas, conhecer novos lugares, etc. Os homens mostram mais apego pela mera socialização. Um homem de 68 anos refere:

“ A gente vem para aqui sempre à tarde jogar às cartas e aqui ficamos com os amigos. Isto é tudo malta que se conhece há anos; e é isto, é o habitual.”

Entre as mulheres, estas rotinas tendem a não ser muito bem aceites e estranha-se o não se procurar outras coisas para fazer. Uma mulher de 77 anos afirma:

“Os homens vêm sempre para aqui todas as tardes jogar às cartas e pronto, não passa daí – ali não se aprende nada, é só cartas e conversas parvas – também não há muito mais que fazer e assim sempre se vai passando o tempo, mas pronto.”

Nestes casos, o tempo da família próxima ocorre apenas no espaço da casa e, fora dela, cada um segue o seu caminho. Esta separação, no entanto, não é absoluta. Alguns casais realizam atividades em conjunto no exterior. Nos casais que se inquiriram, o que se faz no exterior em conjunto é principalmente andar e passear para se exercitarem. Nestes casos, a criação de rotinas exteriores parece ser algo que agrada bastante às pessoas, e que sentem falta quando não é possível continuar. Para um dos casais inquiridos, esta rotina teve que ser quebrada quando um dos cônjuges passou a desempenhar um cargo numa associação local. O marido refere:

“Ela não ’tá muito satisfeita, eu agora ocupo [interrupção] (...) eu agora tenho muito tempo, uma grande parte do tempo ocupado aqui. Há uns que vêm pagar quotas, outros que (...) essas coisas e pronto, não estamos contentes com isso, mas pronto, acho que estamos a trabalhar para a comunidade, eu, [estou] a trabalhar para a comunidade”

Esta quebra da rotina conjunta foi algo que afetou de forma direta o bem-estar de ambas as pessoas que, por altruísmo, abdicaram de algo que os fazia sentir melhor.

De facto, não só a presença do cônjuge afeta o quotidiano da pessoa, mas também há que referir a ausência. A transição de um quotidiano conjugal para um quotidiano de viuvez pode significar alterações profundas na organização do dia a dia. Isto porque, sem a presença diária do cônjuge, a própria vivência espacial se altera. A casa, em particular, por ser o lugar da relação torna-se um espaço diferente, menos acolhedor. O espaço representado como de conjugalidade e intimidade torna-se insuportável se enquanto espaço vivido já não está em congruência com essa projeção. Uma mulher de 77 anos refere: “a casa ficou muito mais vazia, muito silenciosa, demais até”. Em consequência, passa-se menos tempo nesta. Procura-se mais os lugares de convivialidade do bairro como maneira de substituir o tempo que se passava em casa. Para as pessoas que atravessam este evento é muito importante ter uma rede social forte à qual se possa recorrer para ocupar o tempo. Nesta fase, é comum as pessoas procurarem novas atividades para se fazer e recorrerem às associações locais. Esta transição, no entanto, não é imediata. Durante o período de luto, a reconfiguração do

quotidiano é um processo custoso e demora vários meses até se procurar realizar novas atividades.

Para além da conjugalidade, a família é também importante no que respeita à descendência. O tempo passado com os filhos e netos, embora na maior parte dos casos seja esporádico, reveste-se de uma grande importância sentimental para os idosos. Entre os inquiridos, encontram-se poucos casos em que se viva com a descendência. Como se viu, nestes casos certas atividades domésticas adquirem uma renovada importância para a pessoa. Nos casos em que não existe esta proximidade, o tempo que se passa com filhos e netos é essencialmente fora de casa. Em quase todos os casos, este ocorre no fim de semana, ocupa quase um dia inteiro e geralmente uma refeição. Estas são refeições demoradas, ocupando entre duas a quatro horas, em que se socializa enquanto se cozinha, se come e se lava e arruma os utensílios. Nestes momentos, estar com netos e brincar com eles é muito valorizado pelos idosos. Estas refeições são quase sempre realizadas na casa onde moram os filhos, o que faz com que este seja um dos momentos em que o idoso mais se distancia da sua habitação. Um idoso de 73 anos indica:

“É bom porque sempre se sai daqui e vai-se por uns tempos para outros ares – também se vê os miúdos – o que é uma alegria – e é diferente, sabe, é um dia para desanuviar, está-se na conversa o dia todo e na risota – conta-se coisas, come-se, rimo-nos – é uma alegria estar-se por lá.”

É assim uma temporalidade e uma espacialidade própria – distinta do espaço-tempo comum – valorizada como especial, ainda que seja realizada com regularidade. Para além desta sociabilização, o momento é também aproveitado para que a descendência possa ajudar os idosos a realizar algumas atividades. Destas, destacam-se as compras, sendo comuns as deslocações a centros comerciais de dimensão regional, nomeadamente o LoureShopping em Loures, o Strada Outlet em Odivelas e o Dolce Vita na Amadora. Para além disso, os idosos referem ser muito importante a assistência dos filhos nestes períodos para os ajudarem a tratar de assuntos burocráticos como preencher formulários ou telefonar para serviços como empresas de telecomunicações para resolver problemas que tenham a esse nível. Assim, apesar destes contatos ocuparem pouco tempo no dia a dia dos idosos, eles têm uma grande importância prática e sobretudo emocional.

Por outro lado, temos as redes sociais de amizade. Estes têm espaços-tempos bastante fixos – as pessoas sabem sempre que a determinada hora do dia num determinado sítio vão estar as pessoas que querem encontrar. Ao nível das redes de amizade, verificam-se aspetos espaciais bastante importantes, que já foram salientados. Os idosos com idade mais avançada têm a sua rede de amizade cingida no bairro em que residem, enquanto os mais novos têm

ainda uma rede muito esparsa a nível citadino. As questões da capacidade física explicam parcialmente isto, mas olhando a questão a partir do ciclo de vida, tanto das pessoas como do bairro, obtemos uma explicação mais profunda. Os idosos com idade mais avançada mudaram-se quase todos<sup>39</sup> para o seu local de residência num período em que a Ameixoeira era composta essencialmente por pequenos núcleos, com sociabilidades específicas em que as pessoas se conheciam todas umas às outras. Alguns entrevistados referem isto, e passamos a citar alguns:

“Quando p’ra cá viemos – as vizinhas vinham aqui e diziam – ó Dona Adelaide – Adelaide é a minha esposa – diziam – ó Dona Adelaide, não tem aí uma batata, ou uma cebola? – e a gente dava e quando precisava também pedia – havia mais essa proximidade.” (homem de 80 anos residente nas Galinheiras)

“As pessoas aqui na Ameixoeira eram – mesmo na maneira de vestir, de falar – o comportamento era mais provinciano – era uma província dentro da cidade.” (homem de 64 anos que veio morar para a Quinta da Torrinha ainda adolescente)

“Quando eu vim para aqui, era diferente a Ameixoeira - era muito sossegadinho – parecia que ‘távamos na aldeia.” (mulher de 70 anos que se mudou para a área Sul da Ameixoeira quando teve o seu primeiro filho)

Os mesmos entrevistados referem que as pessoas de gerações mais novas que vieram posteriormente para a freguesia já não tinham muita ligação ao bairro. Por um lado, porque eram muitas a chegar e não era possível desenvolver esse espírito bairrista, e por outro, porque vinham de outros lugares de Lisboa e mantinham ligações sociais com esses lugares. Como uma mulher de 70 anos que se mudou com o marido para a área Sul da Ameixoeira afirma:

“Naquela altura era um dormitório – era um bairro jovem – a nossa rua era uma rua de grávidas.”

A própria ligação ao lugar que se sente é diferente. Entre os mais antigos, que exultam o passado idílico e pastoril, a Ameixoeira é referida como a sua “terra”. Este é um vocábulo que não é utilizado nos idosos mais jovens que vieram viver para a Ameixoeira já em contexto de expansão urbana. De facto, alguns entrevistados referem como vieram para a Ameixoeira de outros lugares de Lisboa, por motivos familiares e económicos:

“Escolhi a Ameixoeira porque tinha aqui uns cunhados no Lumiar – e depois andei a ver casas – e naquela altura o meu menino tinha ano e meio – e o mais perto que encontrei foi aqui.” (mulher de 74 anos que habita na Ameixoeira Sul)

---

<sup>39</sup> São raros os idosos que se mudaram para a Ameixoeira há menos de vinte anos. Estes são principalmente os idosos dos bairros de realojamento, que são uma parte reduzida dessa população.



“Aqui na altura era mais acessível – embora fosse mau de transportes – mas monetariamente era mais acessível morar aqui. Também não somos muito ambiciosos – e o local não é muito barulhento, é sossegado, e tem as condições que necessitamos – e as condições financeiras também não eram as melhores – ‘tivemos limitados pelas posses.’ (homem de 70 anos que se mudou com a esposa para a área Sul da Ameixoeira)

Para além destes fatores que explicam a existência de diferenças geracionais nas espacialidades da convivialidade, há também que ter em conta a posição da pessoa no ciclo de vida. Em particular, os idosos mais jovens têm ainda um dia a dia e redes sociais muito ligadas àquilo que era a sua vida laboral. Portanto, conservam as amizades que tinham com os seus colegas de trabalho e deslocam-se para se encontrarem com eles. Fazem-no principalmente em casa destes, ou em cafés em Lisboa, que muitas vezes são próximos do antigo local de trabalho. Assim, a sua geografia do dia a dia é muito mais alargada, esparsa e fragmentada. No caso dos idosos com idades mais avançadas, o bairro onde residem torna-se o lugar da sociabilidade. Isto não implica menos sociabilidade, pelo contrário. Os inquiridos valorizaram todos muito a vida social de bairro. Entre os mais idosos, como já se referiu, o tempo despendido em sociabilização é bastante elevado, comparado com outras atividades. Esta é uma das características mais salientadas quando se pergunta a estes idosos o que de melhor tem a Ameixoeira. A resposta é invariavelmente a mesma: as pessoas que se conhecem. No entanto, isto é referido principalmente em relação àqueles que pertencem à mesma geração. Em relação aos habitantes da Ameixoeira mais novos, a maior parte dos idosos refere que sente pouca ligação a eles. De reter, no entanto, a importância que o lugar onde se habita ganha durante as fases avançadas do envelhecimento. O sentimento de bairrismo e de comunitarismo é algo extremamente valorizado, em particular na Zona Histórica, na Quinta da Torrinha e nas Galinheiras. A sociabilização é realizada principalmente em espaço público, em largos ou praças onde existam bancos e sombra, mas também em cafés. Têm também um papel muito importante a nível de estabelecer redes de amizade na idade idosa os espaços do Centro Social e Paroquial da Ameixoeira e da Associação de Reformados da Ameixoeira. A falta de espaços especificamente pensados para o convívio, identificada no estudo do Centro de Estudos de Desenvolvimento Regional e Urbano (2008) como uma das principais necessidades não atendidas dos idosos, não é salientada pelos idosos. Os espaços existentes são apropriados como for possível para a sociabilização: onde houver lugar para sentar, silêncio e sombra, mesmo que seja apenas um muro baixo numa praça, os idosos reúnem-se.

É principalmente através das redes de amizades que os idosos conhecem as oportunidades para realizar atividades que lhes agradem. Na freguesia da Ameixoeira, as principais instituições que oferecem atividades para idosos são a Associação de Reformados da

Ameixoeira e a Junta de Freguesia, ao organizar uma Universidade Sénior. A Associação Unitária de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira, fundada em 2000, serve de centro de convívio durante a semana. Organiza também atividades culturais, nomeadamente um grupo de teatro, um coro e um ateliê de croché e outras artes tradicionais. Organiza ainda, regularmente ao longo do ano, excursões, bailes, festas de aniversário coletivas e alguns eventos ligados a festividades, como almoços de Natal, Santo António ou de São Martinho. Na Universidade Sénior, por outro lado, é possível encontrar uma série de atividades educativas e também desportivas e culturais. Entre as educativas temos aulas de inglês, informática, cidadania e história de arte. Entre as culturais temos pintura, artes decorativas, arraiolos e danças de salão. A nível desportivo, a oferta inclui aulas de ginástica e de hidroginástica, esta última providenciada pela Piscina Municipal da Ameixoeira. Estas duas instituições providenciam a maioria das atividades culturais e educativas em que os idosos da Ameixoeira participam. No entanto, alguns idosos referem que, apesar do esforço destas instituições, ainda faltam atividades mais dirigidas para eles, nomeadamente jogos tradicionais como o chinquilha, o jogo da malha ou o jogo dos bilros. Para além destas atividades, alguns idosos referiram procurar, fora da freguesia e dentro de Lisboa, eventos culturais como exposições de pintura, peças de teatro e cinema, dada a dificuldade em encontrá-los na Ameixoeira. Um homem de 64 anos refere:

“É preciso estar atento e procurar informação sobre o que há – eu vejo junto da EGEAC – já aprendi isso – e quando organizam coisas de borla eu vou lá ver.”

As especialidades da cultura para os idosos da Ameixoeira são, portanto, ou bastante restritas, para aqueles que a procuram dentro da freguesia (a maior parte das pessoas) ou bastante alargadas, sendo necessário procurar em Lisboa eventos a que se possa ir que sejam acessíveis, tanto em termos de mobilidade como em termos económicos. Aqui, é muito importante a capacidade do idoso para procurar informação. A capacidade para usar ferramentas como a internet, ou de saber procurar em jornais e junto de instituições, como a Junta de Freguesia, as agendas culturais de Lisboa, é o que potencia o uso desses recursos culturais. Aqueles que não têm essa agilidade, não beneficiam desses recursos, ainda que refiram que gostassem de o fazer. O que está aqui em questão, sem dúvida, é a importância do capital cultural para o consumo cultural. Já a nível educativo, não se verifica uma procura nesse campo para além da freguesia. Em termos de temporalidades, as atividades culturais e educativas têm alguns aspetos que obviamente não derivam na vontade dos idosos mas sim de quem oferece os serviços. Ainda assim, são poucos os casos de pessoas que gostavam de realizar estas atividades mas não têm disponibilidade. Não obstante, quando tal é o caso, a

razão está no geral relacionada com a necessidade de prestar alguma assistência a família, como tomar conta de netos ou estar com o cônjuge.

O espaço-tempo do exercício físico tem algumas semelhanças com os da cultura e da educação. Em primeiro lugar, a dimensão social, é ainda mais acentuada. Entre os inquiridos, existe apenas um caso em que se realiza exercício físico sozinho. Os idosos no geral fazem-no em par ou em grupo. Muitas vezes realizam-no também por iniciativa e organização própria, provavelmente devido à oferta limitada de serviços de desporto na freguesia adequados à sua idade – registam-se apenas as aulas de ginástica, hidroginástica e danças de salão providenciadas pela Junta de Freguesia. Dada a natureza da atividade, torna-se difícil para os idosos procurarem-na longe da habitação. Assim sendo, dentro da Ameixoeira, é nos espaços da Junta de Freguesia e na Piscina Municipal que se realizam as atividades desportivas referidas. Para além disso, muitos idosos andam pelos espaços da freguesia durante cerca de uma hora ou duas por dia para se exercitarem. Existem no entanto algumas queixas acerca das condições para o fazerem. Referem a inexistência de espaços verdes, a irregularidade das ruas, os passeios em mau estado e a sujidade. Uma mulher de 70 anos refere:

“Temos de olhar sempre para o chão – é que a nossa rua é pequena – e há muitos cães – e não fazem limpeza a nada – temos de estar sempre a olhar para o chão.”

Dada a falta de condições que encontram na Ameixoeira, vários idosos referiram deslocarem-se a outros lugares para andarem e se exercitarem. Os jardins no Lumiar são o destino preferido. Alguns idosos deslocam-se de carro até lá, outros de transportes públicos. Em relação à temporalidade destas atividades, distingue-se entre aqueles que se exercitam por si e aqueles que frequentam serviços. Os primeiros tendem a realizar exercício em articulação com outras atividades, como sociabilização ou ida às compras, despendendo assim várias horas nessa sequência de atividades, tomando-a com calma e prazer. Para além disso, o exercício é mais constante ao longo da semana, surgindo principalmente pela manhã e em dias alternados. No segundo caso, as atividades são muito mais compartimentadas temporalmente, ocorrendo duas vezes por semana, à tarde ou ao fim da tarde. São também valorizadas de outro modo, num sentido muito mais pragmático e de um modo muito mais apressado.

### *7.2.3 - O espaço-tempo dos recursos*

Alguns aspetos referidos anteriormente podem já ser vistos enquanto recursos. Foi a sua qualidade enquanto atividade ligada à sociabilização que se incluíram os recursos culturais, educativos e desportivos no espaço-tempo da sociabilização. Nesta secção, resta-nos analisar dois espaços-tempo em particular: o das compras e o dos serviços. Se o das compras é suficientemente claro para necessitar de um esclarecimento, já o dos serviços compele-nos a

uma determinação. Neste campo, registou-se o recurso aos seguintes serviços: serviços públicos a nível de saúde, administração pública e segurança social, serviços financeiros e serviços de telecomunicações. Excluem-se deste campo os serviços de provisão de atividades já referidas anteriormente – culturais, de educação, desporto e transportes.

Começando pelo comércio, o uso deste recurso é variado, tanto temporal como espacialmente. O tempo despendido em compras é, no geral, reduzido. A maior parte deste tempo é despendido em compras de bens essenciais: alimentação, produtos pessoais e produtos para a casa. A alocação deste varia conforme a capacidade de mobilidade da pessoa de uma maneira bastante linear. Os idosos com acesso a carro (viatura própria ou boleia dos filhos) tendem a concentrar as suas compras no fim de semana, gastando duas ou três horas para se deslocar a um hipermercado ou centro comercial para realizar as compras para a semana inteira. Os espaços identificados a este nível são os centros comerciais Colombo em Benfica, Loureshopping em Loures, Odivelas Parque em Odivelas, Dolce Vita na Amadora e os supermercados Continente em Telheiras e Loures e Carrefour em Loures. São, portanto, os lugares de consumo a este nível mais próximos da freguesia da Ameixoeira. É curioso, no entanto, como é mais comum a deslocação para estes lugares em Loures do que em Odivelas, que fica mais próximo em termos lineares. A existência do Eixo Norte-Sul junto à Ameixoeira, que liga diretamente a Loures, poderá explicar este fato. Entre os idosos sem acesso a carro, encontrou-se apenas um que se desloca a estes espaços de transportes públicos. Entre os outros, a alocação de tempo para compras é feita durante a semana, principalmente da parte da manhã. Deslocam-se a pé até à mercearia ou supermercado mais próximo. Nos idosos com idades mais avançadas, este é um percurso que se torna habitual realizar todos os dias exceto aqueles em que a mercearia está fechada, devido à dificuldade para transportar sacos de compra muito pesados. Nestes casos, a ida às compras surge numa sequência de atividades, geralmente matinais, que podem incluir visitas a vizinhos, idas ao café para tomar o pequeno-almoço ou confraternizar, ou passeios pelo bairro. As compras em si fazem-se nas mercearias locais, lugares considerados amigáveis, em que se conhecem os empregados e se passa algum tempo a conversar com eles. Mesmo nos supermercados que se encontram na Ameixoeira, os idosos sentem essa ligação com os comerciantes. Uma senhora de 77 anos refere:

“Vou sempre ali à mercearia porque me faz sempre falta qualquer coisa (...), vou ali porque conheço lá todos, e as meninas sempre me trataram bem, não tenho razões de queixa – e mesmo com um supermercado novo lá em cima prefiro aqui – não só é mais perto como já conheço, sei como é.”

Apesar de esporádicas, as compras para além de bens essenciais merecem referência. A este nível foi referido principalmente a compra de vestuário. Neste campo, como em outros,

que os dados do levantamento empreendido mostram, a Ameixoeira, na prática, não tem oferta. Quando é necessário ou se quer comprar esses bens, a maior parte dos idosos desloca-se às lojas que existem na freguesia do Lumiar, em especial as mais próximas, na Estrada do Desvio. Fazem-no a pé ou de transportes públicos. Os idosos com acesso a carro geralmente efetuam estas compras em conjunto com as habituais nas suas idas a centros comerciais. Apesar de as compras não ser uma atividade a que os idosos deem muita importância, houve alguns que se queixaram de o comércio na Ameixoeira ser reduzido. Um homem de 74 anos refere:

“A gente se quer qualquer coisa que vá assim mais para o fora do comum tem que sair – aqui não encontra – já houve mais coisas quando isto estava a crescer – agora ainda cresce mas há menos.”

De facto, a tendência geral das queixas sobre a falta de comércio aponta geralmente para o facto de o espaço público da freguesia estar abandonado e ter pouca vida, por não estar ninguém na rua devido a não existir nada na Ameixoeira que atraia pessoas, e não a necessidade de ter um local mais próximo onde fazer compras.

Ao nível de serviços, encontram-se tendências semelhantes. A maior parte dos idosos refere a falta de serviços no bairro, e queixa-se de se terem que deslocar regularmente ao Lumiar quando precisam de tratar de algum assunto. Um homem de 68 anos refere-se à posição marginal da Ameixoeira em Lisboa em termos que vão para além dos geográficos:

“Aqui ‘tamos sempre de parte – ‘tamos de lado – põem-nos de lado – sempre foi assim – aqui se se quer qualquer coisa é preciso ir a algum lado – nunca houve cá muito – e já houve mais.”

Os idosos veem-se forçados a deslocarem-se para fora da freguesia nestes casos. Os principais locais de destino são os serviços que existem na freguesia do Lumiar e a Loja do Cidadão no Odivelas Parque, em Odivelas. Ambas as deslocações implicam quase sempre o uso de transportes. Em termos de temporalidades, estas atividades geralmente são realizadas durante a manhã, e é o horário e afluência deste género de serviços que assim obriga: caso se vá mais tarde, provavelmente já não se será atendido devido à lotação do serviço se ter esgotado. De referir que, devido às deslocações e ao tempo despendido nestes assuntos, a maior parte dos idosos sente que quando tem que fazer estas atividades vai “perder a manhã toda” ou “o dia todo”. Este sentimento de insatisfação tem implicações que podem ser graves. Entre os idosos com idades mais avançadas, recorre-se menos a serviços. Quando se recorre, são quase sempre a nível de saúde – os mais essenciais. Isto pode ser um problema para a qualidade de vida dos idosos, pois por limitações de acesso espaço-temporais a serviços, podem não estar a usufruir de tudo aquilo a que têm direito, nomeadamente a nível de

segurança social. De facto, alguns dos serviços a que os idosos têm dificuldades de aceder são essenciais como segurança social, saúde ou policiamento. Um homem de 65 anos indica-nos:

“Isto aqui é uma pobreza - um gajo para ter qualquer coisa tem sempre que ir até à Loja do Cidadão ou ao Lumiar ou à Charneca - aqui é como se não vivesse cá ninguém.”

Não se encontram diferenças notáveis entre os idosos com carro ou sem carro entre a insatisfação perante este fator. A razão para tal prende-se essencialmente com o facto do problema não ser apenas espacial. Para além destes serviços não existirem na freguesia, onde existem, a sua disponibilidade temporal é muito limitada.

Por último, a nível de participação política existe um envolvimento reduzido. São poucos os idosos que despendem tempo em atividades políticas e fazem-no sobretudo ao fim de semana, participando em encontros partidários perto da freguesia ou manifestações públicas no centro de Lisboa. Estes referem também quem é difícil haver mais envolvimento neste campo, dado o desinteresse da população geral em participar nestas atividades, o que mina o sucesso das iniciativas.

### **7.3. Variações no Uso do Tempo e do Espaço**

As condições da vida influenciam o quotidiano e o modo como as pessoas dispõem e usam o espaço-tempo. Ir-se-á agora abordar os aspetos mais importantes da variação do uso do tempo e do espaço de cada indivíduo. Começamos pela posição da pessoa no ciclo de vida. Como se verá, isto implica mais do que organizar indivíduos por idades. Por outro lado, é importante considerar as diferenças de género, e esse será o segundo aspeto. Passar-se-á então para a variável da capacidade física. De seguida, veremos como a capacidade de transporte influencia o uso do espaço e do tempo. A capacidade física e de transporte têm de ser vistos como aspetos distintos, dado que mesmo pessoas com capacidade física reduzida podem aceder a meios de transportes que lhes providencia um espaço-tempo maior do que pessoas com maior capacidade física, mas sem acesso a esses meios. O quinto fator que se analisará prende-se com a influência das redes sociais, nas quais se destacam as relações familiares e as redes de amizade, mas também o associativismo. Por último, tomar-se-á como exemplo a área de residência da pessoa, usando as delimitações realizadas no sexto capítulo. Estes seis fatores explicam as grandes variações a nível do uso do tempo e do espaço.

#### **7.3.1 - As Fases Etárias**

De um modo geral, é possível identificar nos dados algumas constantes a nível de mudanças no uso do espaço e do tempo em diferentes fases etárias dos idosos. Algo que é

percetível a este nível é a estruturação do dia. Em pessoas com idade mais avançada (75 anos para cima), esta torna-se mais rígida. As atividades de subsistência são também realizadas mais cedo: a hora de acordar não passa das 8 horas de manhã, o almoço é ao meio-dia e o jantar às 19 horas. De dia para dia existem menos alterações nas atividades realizadas e estas demoram mais tempo. A ida às compras tem tendência a ser diária. Atividades extraordinárias ficam muito mais cingidas ao fim de semana. Entre os 60 e os 75 anos, não se verifica esta rigidez na estrutura do dia a dia. De facto, é difícil distinguir constantes, devido à heterogeneidade de comportamentos. O único aspeto a salientar é a mobilidade daqueles com menos de 65 anos. Estes têm uma tendência muito maior para saírem do bairro e da freguesia do seu dia a dia, fazendo disso uma constante e não algo esporádico.

Apesar destes aspetos, é visível o quanto limitado será analisar as mudanças no uso do espaço e do tempo com uma base apenas na idade: os quotidianos são demasiado heterogéneos. Esta não é uma situação inesperada. As condições particulares passadas e presentes da vida da pessoa têm que ser tidas em conta, pois oferecem explicações mais adequadas (Marshall e Mueller, 2002). Aqui há que ter em conta em especial o facto do envelhecimento se dar a três níveis: o físico, o social e o psicológico (Schroots e Birren, 1980). A idade real, portanto, não é uma referência exata para a análise das atividades no dia a dia. Apesar de algumas variações se podem conjugar com a tripartição da idade idosa (Hervé, 2001; Teixeira Fernandes, 2005), esta tem um peso demasiado pequeno para ser uma referência exata<sup>40</sup>. O nível psicológico é aqui muito mais importante. Não obstante, algumas variações que se encontraram a nível de idade podem de facto ser explicadas por aspetos reportáveis ao envelhecimento físico. Dois idosos com idades acima dos 75 anos referiram que é difícil para eles dormir muito tempo e, portanto, acordam cedo. Devido a isso, as refeições e a hora de se deitarem passa a ser mais cedo. Também o facto de as atividades do dia a dia demorarem mais tempo e de as pessoas irem às compras quase todos os dias está relacionado com a capacidade física – os que o fazem indicam que têm dificuldades em carregar sacos muito pesados. Estes fatores não explicam por completo, no entanto, o facto de haver menos variação nas atividades que se realizam de dia para dia. Para aqueles com menos de 65 anos, a sua maior mobilidade também não é uma questão meramente física, como se verá.

### *7.3.2 - O Género*

O género é uma variável com enorme importância a nível das atividades realizadas. Separam-se dois campos em que o uso do tempo é bastante distinto: o campo doméstico e o

---

<sup>40</sup> Estas questões foram abordadas no terceiro capítulo.

tempo livre. A nível doméstico, existem duas situações em particular: os casais que vivem juntos e as pessoas viúvas que moram sozinhas. Nos casais, verifica-se uma diferença grande entre homens e mulheres na repartição do trabalho doméstico, em congruência com estudos existentes sobre diferenças de género neste campo (Burda et al., 2012). A sócio temporalidade e as representações sociais de género (Cyrino, 2009) implicam que a mulher fique mais horas dentro de casa e permite ao homem sair mais vezes. As mulheres geralmente realizam as tarefas domésticas em casa durante a manhã. Os homens, por outro lado, realizam tarefas no exterior da casa, principalmente compras para a casa. A separação de atividades é notória nestes casos e tem implicações não só temporais mas também espaciais, pois o uso do espaço da mulher é restringido. Entre os viúvos, o uso do tempo doméstico já não varia tanto, embora as mulheres ainda passem mais tempo em casa a realizar tarefas domésticas. No que respeita ao tempo livre, há que destacar a diversidade de atividades realizadas. As mulheres participam muito mais em atividades culturais e educativas, enquanto que os homens despendem muito mais tempo em socialização, em particular em cafés, mas também na rua. Estes factos têm também implicações espaciais, dado que as mulheres precisam de uma espacialidade diferente para encontrar esses tipo de atividades, enquanto os homens tendem a encontrar na vizinhança as pessoas com quem passam o tempo.

### *7.3.3 - A Capacidade Física*

As capacidades físicas são aspetos importantes no restringir ou no potenciar de comportamentos humanos. Começamos por ligar este ponto ao das fases etárias. Como se viu, alguns aspetos do uso do espaço e do tempo variam conforme a idade. Destas variações, é principalmente a nível dos idosos com mais de 75 anos que se verificam mudanças justificáveis por aspetos físicos. Nesta fase da vida, mesmo as pessoas mais saudáveis referem que têm dificuldades em realizar tarefas depressa e portanto algumas atividades, como compras ou a lida da casa, ocupam mais o dia a dia. A dificuldade em dormir durante muito tempo, aspeto também físico, acaba por influenciar a estrutura de todo o dia, fazendo com que as atividades necessárias sejam realizadas sempre mais cedo. Para além deste grupo com idades mais avançadas, não se verifica um aumento progressivo de variações de uso do espaço e do tempo com a idade.

Ao confrontar outras dimensões da capacidade física com o uso do espaço-tempo, no entanto, já é possível encontrar algumas variações. Começamos com os aspetos ligados à saúde. Confrontando as pessoas com e sem doenças crónicas fisicamente incapacitantes, importa salientar alguns aspetos. Mas antes há que referir que entre nem todas as doenças crónicas geram o mesmo grau de incapacitação. Identificaram-se pessoas com as seguintes



doenças: osteoporose, diabetes, hérnia discal, artrose, incapacidade de 80% devido a cancro, incapacidades devido a AVC. Entre aqueles com doenças, verificam-se duas situações distintas em relação ao modo de adaptação à condição de saúde. Alguns idosos reajustam o seu dia a dia incluindo várias atividades que envolvem exercício físico. Destaca-se o andar pela cidade, pelas ruas da freguesia e em jardins ou parques próximos da freguesia, nomeadamente o Jardim da Quinta das Conchas e dos Lilases, na freguesia vizinha do Lumiar. De facto, os mais ativos neste campo têm tendência a ser aqueles que sofrem de alguma doença crónica. Fazem exercício para evitar novas complicações clínicas, buscando a longevidade. A segunda situação é daqueles que reportam dificuldades em fazer coisas devido à condição física. As atividades mais afetadas são as que se realizam no exterior da casa, isto porque o aspeto mais afetado é o andar. Torna-se difícil andar durante muito tempo e obstáculos no espaço público tornam-se mais difíceis de ultrapassar. Carros em alta velocidade nas estradas, carros estacionados, relevos inclinados e passeios sujos, estreitos e degradados são os principais fatores identificados que se tornam obstáculos mais difíceis de ultrapassar com o advento de dificuldades físicas. Alguns destes já haviam sido referidos por Risser et al. (2010).

Para além destes fatores, algumas pessoas referem que deixam de ir a alguns lugares porque lhes falta equipamentos que precisam ao longo do caminho, nomeadamente bancos para descansar e casas de banho limpas. Estas informações vão ao encontro dos resultados de Shumway-Cook et al. (2002) e Wennberg et al. (2009), que se referiram no quarto capítulo. Neste grupo de pessoas verifica-se uma vivência muito mais bairrista. As atividades do dia a dia são realizadas no bairro. Despendem mais tempo em atividades sociais, na rua ou em cafés, do que em atividades culturais ou educativas. Não passam, no entanto, muito tempo em casa. Do outro lado, temos aqueles que não sofrem de doenças crónicas. Entre estes, existem situações diversas. Enquanto a maioria tem uma vida ativa, realizando diversas atividades sociais e culturais, existem alguns que realizam poucas atividades no dia a dia. Neste grupo as diferenças de género assumem particular visibilidade. As mulheres têm mais tendência para procurarem atividades novas no campo cultural. Já os homens procuram mais a socialização no bairro. A nível de mobilidade, as situações são bastante diversas.

Por outro lado, é também importante considerar variações entre os que levam uma vida ativa a nível físico e os que não. Terá esta situação implicações ao nível das outras atividades realizadas? O que se pode verificar na informação recolhida é que não. Aqueles que fazem exercício físico geralmente realizam atividades relaxantes no resto do dia em que se exercitam: passam tempo com pessoas do bairro a socializar. No entanto, existe também quem permaneça ativo o resto do dia: em compras, atividades culturais e de apoio à família. E nos outros dias, não se verificam ligações em particular.

#### *7.3.4 – Acesso a Transportes*

Este é um fator particularmente importante ao nível do uso do espaço e do tempo, bem como das atividades realizadas. Existem várias situações que se distinguem em relação à capacidade de mobilidade. Existem os que possuem transporte próprio, sem transporte próprio mas utilizadores de transportes públicos, sem transporte próprio que se deslocam com o apoio de familiares, e pessoas que fazem o seu dia a dia a pé. Entre aqueles que têm carro, distingue-se claramente uma espacialidade maior, embora usem o carro principalmente para se deslocarem na freguesia. A nível suburbano, fazem-no para se deslocarem a lugares de convívio – como habitação de familiares – e também de comércio – centros comerciais de médias ou grandes dimensões na Área Metropolitana de Lisboa. Todas as pessoas referiram não levar o carro para o centro de Lisboa. As principais deslocações para o exterior da freguesia são para centros comerciais ou parques públicos em Odivelas, Loures ou Amadora. Por esta razão, o tempo despendido em compras é bastante superior em relação àqueles que fazem as suas compras no bairro. O carro, no entanto, não é sempre utilizado. É usado apenas quando necessário por causa da distância do que se precisa, ou porque se quer transportar objetos pesados. Quando não é necessário, opta-se por ir a pé. Caso seja necessário ir até ao centro de Lisboa, opta-se por transportes públicos. Por outro lado, existem aqueles que, não tendo uma viatura, se deslocam várias vezes na dos seus familiares, de um modo geral da pertença dos filhos. Estes têm um uso do espaço bastante semelhante àqueles que têm carro. Distingue-se apenas o tempo passado fora da freguesia. Este costuma cingir-se muito mais ao fim de semana. Por outro lado, em vez de saírem por umas horas e voltarem, torna-se comum saírem o dia todo e almoçarem ou jantarem em casa de familiares. Estes dois grupos de pessoas têm, portanto, fins de semana muito mais ativos do que os restantes idosos. Mas as atividades realizadas durante a semana são bastante semelhantes.

Uma realidade bem diferente é vivida pelos idosos que não têm acesso ao automóvel. Entre estes, existem os que se cingem ao bairro e passam aí o seu dia a dia, e aqueles que escolhem sair do mesmo, usando os transportes públicos. De referir que devido à disponibilidade de transportes públicos, a mobilidade destes ao fim de semana é gravemente afetada. A maioria das vezes a diferença entre estes dois usos do espaço está tanto nas capacidades físicas como nas atividades que se pretende realizar. No entanto, a escolha pessoal tem uma grande importância, dado que muitas das atividades realizadas fora da freguesia são a nível de exercício físico e de compras e há realize estas no bairro. Quem escolhe sair refere a qualidade do espaço para andar como motivo – referindo-se geralmente aos jardins na freguesia do Lumiar – e a variedade ao nível de lojas e serviços que não

encontram no seu bairro. Do mesmo modo importa também referir a ligação ao bairro neste caso. Entre aqueles que passam os dias sem sair do bairro verifica-se uma ligação muito forte ao lugar. Passam o dia com vizinhos, na rua ou em cafés, e dão bastante importância à sociabilização. Não é de todo questionado o porquê de ficarem ali nem manifestam desejo de sair mais vezes. Sentem que é ali o seu lugar e que é apenas natural que passem lá o seu tempo. Embora o número de atividades realizadas seja diminuto, não se verifica insatisfação em relação ao dia a dia. A questão do acesso a transportes está sem dúvida relacionada com aspetos do curso da vida, pois a oportunidade e a escolha passada de tomar os procedimentos para poder ter um carro mostram ter agora um peso importante no uso do tempo-espaço.

### *7.3.5 - As Redes Sociais*

Já na secção sobre mobilidade nos referimos ao modo como a rede social da pessoa pode influenciar bastante o seu dia a dia. Nesta secção, ir-se-á além da mobilidade. Para esta análise, teve-se em conta três aspetos. Primeiro, o agregado familiar da pessoa, i.e., o número de pessoas com quem vive e que grau de relação tem com elas. Segundo, o apoio familiar que tem ou que prestar, e.g., se toma conta de netos; ou de receber, e.g., se tem ajuda de filhos em algumas atividades. Em terceiro lugar, considerou-se o tempo despendido em sociabilização e a conexão desse fator a outro tipo de atividades. No que respeita ao agregado familiar, são poucos os que têm agregados com 3 ou mais pessoas. A maior parte dos inquiridos vive com o cônjuge ou sozinho. Existe uma diferença notória em particular ao nível do uso do tempo em casa entre os que vivem acompanhados e os que vivem sós. Aqueles que vivem com família passam muito mais tempo em casa, em particular durante a manhã. Fora de casa, no entanto, as atividades são poucas vezes realizadas com os elementos do agregado familiar. Por outro lado, os que vivem sós procuram muito mais o exterior durante o dia para encontrar contacto com pessoas. Também ao nível de atividades realizadas se verificam diferenças: atividades culturais e educativas são muito mais procuradas por pessoas que vivem sozinhas.

O apoio familiar também tem impacto. Já se viu na secção da mobilidade a importância do apoio de filhos ao nível de mobilidade e também da ocupação do tempo aos fins de semana. Esse é o principal aspeto. Mas para além de serem apoiados, os idosos também prestam apoio à família em alguns casos. São os idosos mais jovens que o fazem. Encontrou-se apenas um caso em que a pessoa ainda o fazia todas as tardes, indo buscar a criança à escola à tarde e ficando com ela até os pais saírem do emprego. Em vários outros casos, as pessoas já tinham prestado esse apoio, mas deixaram de o fazer ou porque as crianças cresceram ou porque já não tinham capacidade física para conseguir tomar conta dos

netos. De qualquer modo, em todos estes casos, apesar de ser uma atividade de curta duração, esta reveste-se de um significado pessoal bastante importante para os inquiridos.

Finalmente, a rede social para além do nível familiar. Apesar da importância da família, os espaços e os tempos das amizades também são importantes em vários aspetos. Primeiro, uma nota sobre os lugares de sociabilização. Estes existem principalmente no bairro de residência. Só não o é em alguns casos de pessoas mais novas, entre os 60 e os 65 anos, que conservam amizades vindas de um local de trabalho fora do bairro de residência e, por conseguinte, se deslocam para fora do bairro para socializar. De fato, a sociabilização é um fator que influencia bastante a realização de outras atividades e nota-se a existência de *peer effects*: os que participam em atividades de exercício físico, cultura ou educação geralmente fazem-no com a companhia de alguém que já conheciam e com quem se inscreveram. Aqueles que passam mais tempo somente a socializar têm tendência para passar também mais tempo no bairro e nos mesmos locais: a rua ou alguns espaços como cafés. Também se verifica características particulares nas pessoas pertencentes a associações. Estas tendem a realizar mais atividades culturais e despendem mais tempo nelas. As associações em que se envolvem são principalmente locais. Dos idosos inquiridos que se envolvem em atividades associativas, muito poucos o fizeram ao longo da sua vida, o que converge com a proposta de Hervé (2001) de que na idade idosa se procura mais o associativismo.

A rede social deve também ser tida em conta em termos da sua evolução temporal. Ainda que não se tenha feito uma análise das redes sociais para testar a tese de Paul et al. (2001), é visível como estas estão fundamentadas no passado, mesmo num nível de ritmos quotidianos. Isto é, as relações tiveram um início e um desenvolvimento no tempo passado, e o tempo já passado valoriza mais a relação, mas também durante esse tempo as redes sociais são fortificadas por estarem relacionadas com as rotinas tempo-espaço. Quando se visita um lugar, diz-se que se foi a um sítio, mas também que se foi ter com uma pessoa; e diz-se que se passou tempo a fazer alguma coisa, mas também que se esteve com alguém. Novamente aqui, as referências do quotidiano presente surgem de temporalidade não unidimensional, verificando-se aspetos retentivos. A importância da rede social no uso do tempo e do espaço que se tornou manifesta na análise da informação recolhida reflete conclusões já apontadas por académicos como Fernandez-Ballesteros (2002) ou Paúl (2005) acerca da sua importância para a qualidade de vida dos idosos.

#### *7.3.6 – O Lugar de Residência*

As variações entre os lugares de residência estão interligadas com as variações etárias. Isto porque cada lugar urbano identificado corresponde a um movimento de construção

diferenciado no tempo e tem uma população relativamente homogénea a nível etário. Cada uma destes movimentos de construções formou uma camada urbana povoada por uma nova geração, por vezes de condições económicas e sociais distintas, com ideias e desejos próprios quanto ao seu dia a dia. Portanto, em cada conjunto urbano encontramos pessoas com quotidianos semelhantes, embora não completamente homogéneos. Os serviços e o comércio disponível no lugar são importantes, mas muito mais mostra ter influência no uso do tempo e do espaço as sociabilidades existentes nesse lugar.

Na Zona Histórica concentram-se pessoas com idade mais avançada: a pessoa mais nova com quem se falou tinha 77 anos. Na Ameixoeira Sul, concentra-se o inverso. Os idosos desta área têm idades menos avançadas; entre os inquiridos, o mais idoso nesta zona tinha 74 anos. Nas restantes áreas, as amostras são heterogéneas. Os inquiridos de quatro áreas específicas demonstram aspetos comuns de alguma importância. Em primeiro lugar, o conjunto do Alto do Chapeleiro. Os inquiridos desta área demonstram ter uma mobilidade acima do comum, usando regularmente transportes públicos ou privados. O fator que explica esta mobilidade prende-se sobretudo com o despojamento de serviços e comércio desta área e o seu isolamento. Em segundo lugar, temos a Zona Histórica que é o oposto a nível da mobilidade. Também devido à idade avançada dos inquiridos, os que aqui vivem passam muito mais tempo no bairro e deslocam-se principalmente a pé. Para tal muito contribui também o facto desta área estar relativamente bem servida de comércio e serviços. Em terceiro lugar, temos a Ameixoeira Sul. As pessoas desta área são dotadas de maior mobilidade, que se justifica sobretudo pelo facto das pessoas inquiridas serem mais jovens. Estas usam bastante os espaços verdes e os espaços comerciais do Lumiar, para o qual muito contribui a proximidade física entre os dois lugares. É também relevante o facto das pessoas que realizam uma maior diversidade de atividades durante a semana se concentrarem nesta área de residência. Por último, uma nota para o conjunto PER. Como se referiu, inclui-se aqui tanto a habitação incluída no recente PER como as áreas urbanas de génese ilegal que permanecem junto a esta. Entre os inquiridos desta área encontram-se pessoas de ambos os espaços. Entre estes e as pessoas de outros conjuntos urbanos a maior diferença encontra-se na menor diversidade de atividades realizadas no tempo livre. Este é principalmente despendido na rua votado a momentos de socialização.

As características do espaço urbano mostram-se ultrapassáveis. Por exemplo, apesar da transição da Ameixoeira Sul para a Zona Histórica se fazer em terreno inclinado, existem muitos idosos que o fazem semanalmente para aceder aos serviços que a Associação Unitária dos Reformados e Pensionistas da Ameixoeira e a Junta de Freguesia prestam. A transição da Alto do Chapeleiro para o bairro PER, apesar de ser um terreno com acessos aceitáveis, é

raramente feita. Isto porque são lugares com uma sociabilização distinta, com dois grupos sociais que não confraternizam numa base regular. O sentido de lugar, em grande parte estabelecido pela sociabilidade que existe na comunidade local, é aquilo que mais influencia o uso do tempo e do espaço pelos seus habitantes. Isto observa-se na distinção entre os habitantes com idades avançadas da Zona Histórica, com um uso muito local do tempo, que partilham um grande sentido de comunidade, tal como nas Galinheiras, com habitantes do Alto do Chapeleiro ou Ameixoeira Sul, que têm uma vivência espacial muito mais alargada e menos apego ao lugar.

#### **7.4. Constrangimentos Tempo-espaço**

O uso do tempo e do espaço que se detalhou nas secções anteriores é limitado por uma série de constrangimentos que têm diversas origens. Neste momento, ir-se-á identificar esses constrangimentos usando como quadro-referência a tipologia de constrangimentos de Hägerstrand (1970). Começar-se-á portanto pelos constrangimentos ligados à capacidade, para se passar para os ligados à autoridade e finalizar com os ligados a questões de coordenação.

A capacidade de mobilidade é a mais importante dentro dos constrangimentos tempo-espaço de capacidade. A capacidade física impede o uso do tempo e do espaço principalmente em termos de deslocação. Impede a pessoa de se deslocar a lugares mais distantes e, por vezes, de se desenvolverem algumas atividades. A realização de desportos ou exercício físico fora da freguesia é em particular constrangida pela incapacidade da pessoa se deslocar para longe para fazer uma atividade exigente a nível físico e ter ainda energia para a viagem de regresso. No entanto, também outras atividades, em particular a ida a lugares de comércio, é também afetada por este fator. Embora o raio de uso do espaço diminua, isso de modo algum significa que as deslocações neste se reduzam ou durem menos tempo. Pelo contrário, por vezes as dificuldades físicas obrigam a mais deslocações, como acontece com os idosos que têm de ir mais vezes à mercearia porque não conseguem transportar muitos sacos de cada vez, ou mesmo o caso de pessoas que, confrontadas com algumas dificuldades físicas, se deslocam mais como meio de se irem exercitando.

Todavia, a capacidade física pode deixar de ser um impedimento espaço-temporal ao se ter acesso a meios de transporte. Mas esse acesso está longe de ser generalizado a todos os idosos da Ameixoeira. Mesmo em relação aos transportes públicos, não existe um uso generalizado. Isto pode-se explicar por alguma ligação ao lugar que existe entre os idosos com uma vivência mais local – espaços fora do bairro não têm grande interesse para essas pessoas. Aqueles que têm acesso aos transportes públicos estão limitados à oferta. Esta liga principalmente a freguesia da Ameixoeira ao interior de Lisboa. A maior parte das deslocações

são para a freguesia do Lumiar. Isto explica-se não só pela proximidade, pois a freguesia da Charneca e o concelho de Odivelas estão à mesma distância, mas principalmente pela organização da rede de transportes. A existência de serviços e comércio no Lumiar poderá ser uma mais-valia relativamente à Charneca mas não se pode apontar a mesma explicação a Odivelas. Outra razão para identificar esse uso do espaço como constrangido é o facto de os idosos com acesso a carro terem deslocações algo distintas, com idas regulares a Odivelas, Loures e lugares em Lisboa como Benfica. Neste caso, o idoso fica não só menos constrangido espacialmente como em termos temporais. Os que se deslocam de transportes públicos fazem-no sobretudo durante os dias úteis, devido à oferta ser menor ao fim de semana. Para além do nível físico, também o cultural é importante a nível de capacidades da pessoa. Os com maior capacidade de se manterem informados a nível de eventos e oportunidades têm tendência não só a deslocar-se mais, como também a preencherem o seu tempo com diferentes atividades, principalmente de cariz cultural e educativo. Isto comprova que a falta deste género de conhecimentos impede uma boa parte dos idosos de realizarem atividades de que afirmam gostar. O reduzido capital cultural também afeta as possibilidades a este nível, para o qual concorre também a fraca oferta de atividades ligadas à cultura tradicional, as mais queridas dos idosos com menor escolaridade.

Os constrangimentos de autoridade estão principalmente ligados a questões de fragmentação social. Neste ponto, é importante entender que a definição de autoridade de Hägerstrand nesta tipologia não se limita a regras sociais jurídicas ou mesmo explícitas. Portanto, compreendemos que neste ponto os constrangimentos que têm origem em tensões sociais são constrangimentos de autoridade. Na Ameixoeira, estas tensões existem principalmente entre os habitantes realojados dentro do PER e os restantes habitantes da Ameixoeira. Verifica-se uma divisão social com implicações particulares ao nível do uso do tempo e do espaço por parte de idosos residentes tanto nos bairros PER como noutros locais da Ameixoeira. Nomeadamente, residentes na Ameixoeira Sul, Quinta das Lavadeiras e Zona Histórica referem não se deslocar às áreas do PER por não se sentirem seguros aí. Os habitantes da Zona Histórica em particular referem ter tido problemas desde a construção do bairro PER com pessoas que identificam como habitantes dos mesmos. Entre os habitantes da Ameixoeira Sul e da Quinta das Lavadeiras, ninguém referiu ter tido problemas, mas têm a mesma noção de insegurança em relação ao local. O contacto que têm com a zona, no entanto, é bastante indireto. Apenas um casal referiu ter-se de facto deslocado até à área do bairro PER, afirmando que de lá regressaram rapidamente por não se sentirem bem naquela zona. Neste contexto, descrevem a ocupação que é feita do espaço público na zona, com pessoas a montar mesas e cadeiras na rua, como incomodativa. Muita desta tensão terá

também origem étnica. A maior parte dos idosos da área sul da Ameixoeira refere que quem causa problemas nos bairros de realojamento são os ciganos. A tensão étnica entre portugueses e ciganos, portanto, alimentará parte do sentimento de insegurança que existe.

O problema da insegurança, ainda assim, não é meramente territorial. Ele também se reflete enquanto constrangimento temporal. Isto acontece durante a noite. Nos diários recolhidos, verificou-se que é raro algum idoso estar na rua após as 19 horas e não se verifica nenhum caso em que às 22 horas um idoso esteja fora de casa. De referir que durante o período de realização dos diários, entre Outubro e Dezembro de 2012, anoitecia cedo, por volta das 6 horas. De facto, vários idosos referem que a razão para não saírem à noite é a insegurança e que, se se sentissem seguros, gostariam de sair um pouco de casa depois do jantar. Alguns recordaram que costumavam sair, quando este sentimento de insegurança não existia, em particular antes do PER. Recordam também que havia mais estabelecimentos abertos durante a noite, nomeadamente cafés, mas que deixaram de estar abertos a essa hora porque as pessoas deixaram de sair de casa depois do jantar. Esta perspetiva, no entanto, é muito marcada geograficamente: ela é partilhada pelos idosos no Sul da Ameixoeira, em particular dos conjuntos já referidos: Ameixoeira Sul, Zona Histórica e Quinta das Lavadeiras. Nos conjuntos urbanos a Norte, nomeadamente o bairro PER e as Galinheiras, a perceção é distinta. Como seria de esperar, não existe um sentimento de insegurança em relação ao lugar de residência e tão-pouco em relação a outras áreas na Ameixoeira. Não obstante, apesar de nos diários se verificar a existência de deslocações regulares ao Sul da freguesia pelos idosos do Norte, vários idosos que vivem em habitação do Programa Especial de Realojamento, referem que não se sentem bem recebidos pelos habitantes do Sul da Ameixoeira e, por isso, evitam ir lá, a não ser que seja necessário. Embora a um nível menor, esta tensão social parece também afetar o espaço-tempo dos idosos no Norte da Ameixoeira.

O terceiro conjunto de constrangimentos diz respeito à coordenação. Estes referem-se à possibilidade real da pessoa se poder encontrar no plano espaço-temporal nas mesmas coordenadas daquilo que precisa, seja uma pessoa ou serviço. Neste plano, o constrangimento mais visível respeita à coordenação com a família, nomeadamente a descendência. Como se viu, o contacto com filhos e netos é fulcral para os idosos, em especial em termos emocionais, mas também ao nível de abertura de novas oportunidades de uso de tempo, espaço e serviços. No entanto, a sua disponibilidade temporal é reduzida. Deste modo, os idosos, em particular durante a semana, veem restringir-se o acesso ao espaço metropolitano e aos serviços. Este constrangimento acentua-se quanto mais o idoso estiver dependente do apoio familiar para realizar determinadas atividades ou quanto menor for a sua capacidade de mobilidade, numa relação que se afigura quase proporcional. Neste caso, temos um constrangimento a nível



temporal por parte da descendência que se traduz num constrangimento espaço-temporal para os idosos que têm alguma dependência no apoio familiar.

Outro constrangimento de coordenação que se pode apontar é a dificuldade de aceder a determinados serviços devido ao seu horário. Vários idosos referiram como um problema terem que acordar muito cedo para se deslocarem a alguns serviços que não existem na Ameixoeira, em especial os presentes na Loja do Cidadão de Odivelas. A distância do local de residência a estes serviços implica mais tempo despendido nesta atividade. O facto de muitos destes serviços, em particular a Segurança Social, terem horários muito reduzidos para obter senhas (durante a manhã apenas), eleva as dificuldades. Devido à grande afluência que isso gera nestes serviços, nem sempre é certo ser-se atendido na deslocação aos mesmos. Isso implica ter de ir mais cedo, o que nem sempre é possível, sobretudo para os idosos dotados de menor mobilidade.

Por último, existem também alguns constrangimentos ao nível de atividades devido à sua alocação temporal simultânea. Isto é, a maior parte das atividades disponíveis para os idosos têm horários bastante semelhantes: e.g. a nível cultural, desportivo e educativo são principalmente durante a tarde em dias úteis; a nível de acesso a serviços são principalmente durante a manhã em dias úteis. Isto faz com que muitas vezes seja difícil diversificar as atividades que se realizam. Alguns idosos referiram que para realizarem algumas atividades, tiveram que abdicar de outras. A título de exemplo, um casal deixou de fazer exercício regularmente porque um dos cônjuges começou a realizar trabalho voluntário, e os horários eram incompatíveis. No mesmo enquadramento se pode inserir os constrangimentos que resultam de desigualdades em divisão de tarefas domésticas em casais: a obrigatoriedade da realização de certas tarefas pela mulher ou pelo homem impede a realização de outras.

O Quadro 2 resume os constrangimentos identificados, enquadrando-os na tipologia utilizada e identificando as limitações espaciais e temporais que impõem.

Quadro 2 – Constrangimentos tempo-espaço dos idosos da Ameixoeira. Elaboração Própria.

Tipologia	Constrangimento	Limitações Espaciais	Limitações Temporais	Atividades que impede
Capacidade	Dificuldades físicas e/ou de locomoção	Constrange o raio de uso do espaço Pode obrigar a mais deslocações		Socialização Exercício físico Compras Acesso a serviços
	Não acesso a carro	Constrange o raio de uso do espaço, cingindo-o às possibilidades do transporte público	Limita as deslocações aos horários dos transportes públicos	Socialização Compras Acesso a serviços Cultura Educação
	Não acesso a transportes públicos	Constrange o raio de uso do espaço, cingindo-o ao lugar de residência	Limita o tempo que se pode despendar em atividades por aumentar o tempo dispendido nas deslocações	Socialização Compras Acesso a serviços Cultura Educação
	Inexistência de capital cultural	Constrange possíveis deslocações esporádicas	Constrange possíveis deslocações esporádicas	Cultura Educação
Autoridade	Insegurança	Limita o acesso a certas áreas da cidade	Limita o acesso ao espaço urbano em certos períodos do dia	
	Inospitalidade	Limita o acesso a certas áreas da cidade		
Coordenação	Indisponibilidade de apoio familiar	Constrange o raio de uso do espaço	Limita certas atividades a determinados períodos temporais, como o fim-de-semana	Socialização Compras Acesso a serviços
	Indisponibilidade de serviços		Limita o acesso a determinados serviços	Acesso a serviços
	Confluência de alocação de tempo de atividades		Constrange atividades por se realizarem em simultâneo	Compras Acesso a serviços Cultura Educação

## 7.5 – Discussão e revisão das hipóteses

Neste momento, concentramos a atenção na verificação das hipóteses propostas. Recordemos então as mesmas:

H1 – O uso do tempo e do espaço por parte dos idosos é constrangido ou potenciado tanto pelas capacidades pessoais como pelas características do ambiente urbano.

H2 – O quotidiano dos idosos é moldado profundamente pelas condições da sua vida passada, em particular as educacionais, as laborais e as sociais, mas as oportunidades na idade idosa podem alterar essas estruturas.

H3 – Na idade idosa, o tempo das atividades prolonga-se e o espaço das atividades restringe-se quando a capacidade física é menor, mas o sentido de lugar torna-se mais forte.

Em relação à H1, o estudo empreendido mostrou como o uso do tempo e do espaço é afetado por diversos constrangimentos (vide supra – Quadro 2). A capacidade física, muitas vezes compreendida como a base necessária para um dia a dia ativo, mostrou-se apenas um dos fatores com implicações no uso do espaço e do tempo. No que diz respeito à capacidade pessoal, é principalmente a mobilidade, com grande peso do acesso a carro ou transportes coletivos, e o capital cultural que restringe ou potencia o uso do espaço e do tempo. As características do ambiente urbano englobam um conjunto vasto de fatores, alguns dos quais têm implicações profundas no quotidiano dos idosos. Das características do ambiente urbano, os atributos do espaço público mostram ter uma importância relativa à capacidade física da pessoa, sendo as dificuldades que aí surgem geralmente ultrapassadas. Existem dois outros fatores que mostraram ter uma importância bastante maior: a provisão de serviços e comércio e as redes locais de sociabilidade. A existência de serviços e comércio necessários ao dia a dia das pessoas, obviamente, obriga-os a deslocarem-se a esses lugares, conforme as necessidades ou mesmo os gostos pessoais. Num sentido inverso, as redes locais de sociabilidade enraízam as pessoas, levando-as a passar mais tempo no lugar a socializarem-se e a prestar assistência a família e amigos. Portanto, é importante ter em conta as características do ambiente urbano, mas ao mesmo tempo não o restringir à dimensão de espaço físico urbano. O ambiente social, a comunidade e as diversas redes locais (empresariais, do terceiro sector, educativas, etc.) influenciam profundamente o quotidiano dos idosos e a forma como estes organizam e enfrentam os seus dias. Esta hipótese, portanto, pode considerar-se confirmada. O peso das capacidades pessoais e das características do ambiente urbano é de facto idêntico e comparável, porque é também uma relação dialética. O uso efetivo do espaço e do tempo é um produto destes conjuntos de aspetos, sem descurar que as dificuldades criadas por insuficiências num dos campos podem ser compensadas por potencialidades

noutras. Trazemos de novo o exemplo do Alto do Chapeleiro, conjunto que está espacialmente isolado, mas onde se encontram idosos com níveis de mobilidade elevados. Por outro lado, em casos de pessoas com fraca mobilidade, a proximidade de serviços e comércio pode ainda potenciar uma vida ativa.

As experiências recolhidas permitem-nos também concluir sobre a confirmação da H2. O quotidiano dos idosos é formado por atividades que são realizadas regularmente há muito tempo. Os horários são estruturas rígidas que se cristalizaram ao longo da vida e que são uma base de estabilidade para o presente (de Chalendar, 1973; Zerubavel, 1985). Os lugares e as suas pessoas, e as rotas que se fazem para lá chegar, são também estruturadas ao longo da vida, gerando um ritmo cada vez mais estabilizado (Edensor, 2010). Essa organização do dia a dia tem tendência a tornar-se mais rígida nos anos mais avançados. Vários aspetos pessoais relativos à história de vida da pessoa mostraram ter uma consequência real no quotidiano e no modo como a pessoa usa e se relaciona com o mundo à sua volta. O capital cultural é particularmente relevante. Este não se cinge somente aos aspetos da educação. Embora a escolaridade tenha uma grande importância, esse é apenas um dos eventos na vida da pessoa que influencia o seu capital cultural. As atividades em que as pessoas se envolveram ao longo da sua vida poderão ter enriquecido os seus conhecimentos. Entre os entrevistados, o ativismo político ou o envolvimento nas artes ao longo da vida resultaram numa pessoa mais ativa na idade idosa e mais atenta às oportunidades que existem à sua volta. O campo laboral também tem uma influência importante, por dois motivos: estrutura os horários diários ao longo da vida e influencia a maneira como a pessoa experiencia a cidade, através do estabelecimento de redes de amizade. Apesar destas bases fixas, o quotidiano não é um automatismo, pelo contrário, a experiência da vida, sempre vivida com aspetos retentivos e protentivos, obriga a pessoa a constantes reajustamentos à realidade. Isto vai ao encontro da perspectiva de Naegle et al. (2003), como de Husserl (1991 [1893-1917]) e Heidegger (2008 [1927]), que desenvolvemos no terceiro capítulo. Alguns destes reajustamentos são comuns a todos os idosos. A transição da vida laboral para a reforma, quase sempre feita de maneira abrupta, tem um impacto forte na pessoa. Em primeiro lugar, abre-se um grande vazio temporal no dia útil. Por outro lado, já não se tem uma trajetória tempo-espço fixa a ditar os acontecimentos do dia. A qualidade em que o reajustamento acontece depende das condições sociais, culturais e também económicas em que o idoso se encontra. A sua capacidade para encontrar alternativas ao trabalho remunerado depende principalmente da sua rede de amizade e família, mas também da sua capacidade para redescobrir o seu habitat. A idade psicológica (Schroots e Birren, 1980) é fundamental neste aspeto. Não se pode olvidar as condições económicas: a capacidade financeira da pessoa durante a sua reforma terá implicações em

vários aspetos, em particular ao nível da mobilidade e das atividades a que pode aceder. Portanto, tem que se ir para uma afirmação que vá para além da H2, pois as condições da vida passada moldam não só o quotidiano dos idosos mas também as oportunidades de mudança nesse quotidiano. Ainda assim, se forem criadas condições para a mudança, ela ocorre. A existência de oportunidades para aprender novas coisas e ter novas experiências permite aos idosos preencher o seu quotidiano com novos eventos, enriquecendo a experiência e melhorando a satisfação com a vida.

Por último, a investigação desenvolvida permite concluir sobre a necessidade de revisão da H3. A literatura existente (Rowles, 1978; Gauthier e Smeeding, 2003; Teixeira Fernandes, 2005; Wennberg et al., 2009) apresenta-nos já textos que concluíram que à medida que os idosos entram em idades mais avançadas, os espaços das suas atividades quotidianas restringem-se e se despende mais tempo em cada atividade individual, resultante de uma capacidade física menor. Aqui, pretendemos relacionar este facto com o aumento do sentido de lugar em idades mais avançadas. As experiências recolhidas apontam para a confirmação desta preposição. De facto, as pessoas com capacidades físicas reduzidas – que no nosso contexto como se viu não podem ser sinónimo apenas de pessoas com idades mais avançadas – têm uma vivência local mais intensa. Esta intensidade não significa simplesmente passar mais tempo num raio de espaço menor. Implica uma maior ligação sentimental ao espaço físico, uma maior imersão nas relações sociais locais, uma maior atividade nos eventos da comunidade. Efetivamente, é isso que está patente na realidade do nosso contexto. A nossa hipótese pretende relacionar de forma direta o uso local do tempo-espaço com um acrescido sentido de lugar e isso verifica-se na Ameixoeira, em particular na Zona Histórica, mas também nas Galinheiras e na Quinta da Torrinha. Acrescente-se que, neste contexto, o lugar tem um papel importante no ciclo da vida, como o teorizava Shaw (2001) – escolhe-se estar no sítio em que «se esteve sempre». Na realidade que estudámos, no entanto, este sentido de lugar mais intenso ocorre em espaços urbanos com comunidades que têm uma historicidade de coesão social mais profunda que nos outros lugares da freguesia, o que é o caso do conjunto referido. Esta poderá ser uma limitação na confirmação desta hipótese. Embora se encontrem casos reais que demonstram a dinâmica de causalidade que a hipótese defende, a verdade é que o sentido e experiência de lugar e comunidade, proporcionados por uma população homogénea pelo menos em termos geracionais, substanciados pela presença de dinâmicas associativas e inspirados pela historicidade do espaço urbano, podem não ser reproduzidos por outras pessoas noutros locais pela mera semelhança na fase do ciclo de vida. No entanto, o sentido de lugar, como foi teorizado na literatura (Relph, 1976; Tuan, 1977), não é algo estritamente pessoal. Trata-se também de um movimento coletivo de atribuição de significados

sentimentais, tanto pessoais como sociais, a lugares, preenchendo-os de símbolos. Do nosso ponto de vista, vendo o lugar de uma perspectiva dinâmica no sentido de Massey (1994), e tendo em conta a importância dos seus ritmos, como Lefebvre (2004) o fez, há que entender que este sentido de lugar e comunidade se desenvolveu em determinados bairros da Ameixoeira enquanto fruto da sua história e da experiência coletiva do espaço. O facto de se verificar isto em alguns lugares da freguesia permite-nos confirmar a relação entre a diminuição do espaço utilizado e o aprofundar do sentido de lugar pessoal nos idosos, mas quando inseridos num contexto em que esse sentido já tem um fundamento.

## 8. Conclusão

A investigação desenvolvida tinha como propósito apresentar uma visão abrangente do quotidiano dos idosos, detalhando o uso do tempo e do espaço, e identificar os constrangimentos que influenciam o espaço-tempo vivido. A investigação *in situ* e a recolha intensiva de informação sobre o quotidiano dos idosos durante um período de tempo alargado permitiram obter informações qualitativas em profundidade sobre o objeto de estudo.

O quotidiano dos idosos da Ameixoeira é marcado por uma ritmicidade muito própria. Os lugares têm um significado muito pessoal: neles está de certo modo guardada a história da sua vida – o que se tem e o que apenas permanece vivo na memória. O modo como os idosos usam o tempo e o espaço é remanescente dos modos de vida a que foram acostumados. Esse uso do tempo e do espaço caracteriza-se pela disciplina, mas também pela valorização das coisas simples e imediatas. Não existe uma procura do distante, do novo e do espetacular. Despende-se o tempo nos lugares. Ao mesmo tempo, os lugares são a marca do tempo. Assim, o dia a dia desenvolve-se com um ritmo lento junto dos amigos ou da família, e as tarefas repetem-se dia após dia, como sempre. Não se presta atenção às horas, mas faz-se tudo quando «se deve fazer». E a proximidade é vital. A proximidade das coisas, das pessoas, dentro do tempo imediato. O idoso tenta rodear-se daquilo que lhe pertence – as pessoas, as memórias, as novas experiências – e constrói assim o seu microcosmos que lhe garante segurança dentro de um espaço urbano ameaçador. O bairro e a sua comunidade são a certeza que se está «em casa». As rotinas tempo-espaço mantêm a estabilidade desse microcosmos.

É importante considerar a realização deste estudo no contexto histórico em que é efetuado. Este contexto, aprofundado no segundo capítulo, é marcado por processos de flexibilização que são transversais a toda a sociedade. Esta flexibilização surge de mudanças no campo económico. Distinguem-se aqui em particular os processos de especialização da produção e da terciarização do emprego. Surge uma nova lógica empresarial de grande escala baseada em grandes redes internacionais e nas novas tecnologias de comunicação. A produção torna-se mais veloz, mais criativa e com maiores escalas espaciais. Associadas a estas mudanças produtivas está o aumento do consumo, que acarreta consigo uma cultura do espetáculo e uma estetização da sociedade. O resultado disto na vivência urbana é uma aceleração dos ritmos quotidianos. Esta toma lugar devido às mudanças no espaço urbano e

no campo laboral a que as pessoas se têm de adaptar. A força do mercado imobiliário e a expansão urbana estendem a cidade, aumentando as distâncias entre pontos do dia a dia (e.g. local de trabalho, habitação). Os horários de trabalho flexíveis dessincronizam os ritmos sociais, dificultando a copresença. As tecnologias de comunicação tornam-se quase ubíquas, gerando constantes estímulos e solicitações ao longo do dia. Estes fatores levam à criação de uma sociedade hipermóvel, em que tudo está espacialmente distante e temporalmente próximo.

O lugar onde a nossa investigação decorreu, descrito no sexto capítulo, é um produto paradigmático destas evoluções. A Ameixoeira desenvolveu-se e cresceu sobre o fundamento da expansão urbana de Lisboa numa lógica de descentralização da habitação que contribuiu para a fragmentação do espaço urbano lisboeta. É um lugar pensado para a mobilidade automóvel e isso demonstra-o a posição das grandes vias rodoviárias que adstringem a Ameixoeira. A coexistência de projetos imobiliários de grande escala e projetos de realojamento de promoção pública gerou um espaço urbano verdadeiramente dual. O declínio do comércio local será sem dúvida fruto do sucesso dos centros comerciais de dimensão regional, otimizados para a sociedade do consumo, que existem próximos à Ameixoeira. As relações entre o contexto histórico contemporâneo e as dinâmicas da Ameixoeira são visíveis e influenciam diretamente o quotidiano daqueles que habitam esse espaço.

O quotidiano dos idosos, no entanto, não se insere na descrição da sociedade da velocidade e do consumo. A sua vivência, com origem num contexto histórico distinto, é diferente. Não se pode de todo, ainda assim, considerá-la aparte. As mudanças constantes do presente contexto têm uma influência precisa, ainda que heterogénea, nos quotidianos dos idosos. Heterogénea porque o envelhecimento não é um processo absolutamente análogo: decorre de modos distintos em termos fisiológicos e psicológicos de acordo com os eventos na vida da pessoa, e o envelhecimento social tem também um diferente impacto em cada pessoa. Em vista disso, cada idoso tem diferentes capacidades e recursos para enfrentar o seu dia a dia. Uma perspetiva do curso da vida sobre os idosos, que se abordou no terceiro capítulo, permite-nos compreender melhor como as temporalidades e as espacialidades do quotidiano dos idosos se desenvolvem em modo dialético entre os ritmos estabilizados ao longo da vida e as adaptações que a divergente sócio temporalidade exige. A importância das trajetórias passadas e dos contextos históricos deve ser ponderada em reunião com a autonomia humana e o contexto sociogeográfico contemporâneo. De facto, as preconcepções acerca da influência do ciclo da vida de um modo fixo mostraram-se insuficientes: os modelos de partição da idade idosa em segmentos não foram possíveis de aplicar como explicação do uso do tempo e do espaço pelos idosos.



A abordagem conduzida neste estudo pretendeu considerar simultaneamente o uso do tempo e do espaço dos idosos, dimensões que tendem a ser analisadas em separado nas ciências sociais, como a curta revisão da literatura no quarto capítulo manifesta. A nossa perspetiva tem em consideração os desenvolvimentos teóricos recentes no campo dos estudos urbanos, que retomam autores clássicos como Yi-Fu Tuan, Michel de Certeau e Henri Lefébvre em abordagens sensoriais que têm em conta os aspetos temporais e espaciais do dinamismo da vivência urbana. Nomes como Ash Amin, Nigel Thrift, Mike Crang ou Tim Edensor destacam-se neste campo. Deste modo, os conceitos de ritmo, temporalidade, espacialidade e constrangimentos tempo-espaço, desenvolvidos no quinto capítulo tornaram-se centrais para a nossa análise.

Os resultados da investigação permitem compreender em detalhe como os idosos usam o tempo e o espaço no seu dia a dia. A biotemporalidade e a eotemporalidade são os fatores que mais influenciam a organização temporal do dia e da semana. A biotemporalidade é pautada principalmente pelos horários do sono e das refeições, quase sempre rígidos, e com poucas oscilações entre os vários inquiridos. Por eotemporalidade referimo-nos ao sentido de tempo contado e estruturado em horários. Estes, para além dos aspetos referentes à biologia já referidos, estão em particular ligados a aspetos retentivos da vivência temporal passada, nomeadamente o horário laboral – o período de maior atividade no exterior é o período das 9 às 17, e o fim de semana tem uma valorização completamente diferente dos dias úteis «normais». Estes aspetos têm uma expressão espacial. Não só o período de maior permanência no exterior é o período das 9 às 17, com exceção do período do almoço, mas também a vivência do fim de semana, como se viu, tem uma dimensão espacial distinta, muito mais alargada. Dentro desta macro organização encontramos micro organizações espaço-temporais. Estas traduzem-se em rotinas de trajetórias espaciais prototemporais. Isto é, repetem-se diariamente as mesmas trajetórias espaciais em certos períodos de tempo (em particular a manhã ou a tarde) com a visita de diversos lugares com a mesma ordenação temporal, e também com a realização de várias atividades de seguida com a constância da ordem temporal em que são realizadas. Estas repetições, ainda assim, não podem ser entendidas apenas enquanto tal. Têm que ser vistas como segmentos dos ritmos quotidianos que incluem repetição e diferença. Esta diferença faz-se na vivência própria de cada dia que é sempre uma reinvenção e reviver das temporalidades e espacialidades. A estrutura rítmica nunca está perfeitamente estabilizada: tem a força do espaço-tempo vivido a fundamentá-la e são a sua permanência, mas é sempre aplicada à realidade presente de um modo dinâmico. A diferença faz-se também pela repetição de momentos «diferentes», valorizados como distintos do «normal» e que reavivam os aspetos mais emocionais da vida: a ligação familiar,

as amizades, a (re)descoberta de lugares. Estes fatores deixam claro que a experiência espacial está profundamente enraizada na experiência temporal. De facto, as espacialidades dos idosos refletem a mesma tensão entre os aspetos retentivos da experiência e o encontro diário com uma realidade repleta de mudanças. A prática espacial, como se viu, é formada por rotinas que se estabilizaram ao longo da vida da pessoa.

No entanto, a idade idosa é marcada por ser o tempo da aposentação laboral, o que obriga a mudanças importantes nas temporalidades e nas espacialidades. Assim, a idade idosa implica ao mesmo tempo grandes reajustamentos de práticas espaciais e temporais. A criação de novas rotinas – o mais próximas possível das antigas – ajuda a compensar a longo prazo estas mudanças, que muitas vezes são repentinas e é difícil um reajustamento rápido e calmo. Para além disso, o espaço urbano na Ameixoeira e nos seus arredores passou por grandes mudanças nas últimas décadas, obrigando a ajustes nestas rotinas. Por esse motivo, a percepção que os idosos têm do espaço urbano atual é que este se caracteriza por constantes mudanças. Em contraste, a prática espacial torna-se uma forma de performar o passado, fazer «o que sempre se fez» como gesto de manutenção. Quase todos os idosos recordam o passado do seu bairro com alegria e veem o presente como diferente, por vezes difícil de perceber e até mesmo hostil. É comum entre os idosos uma narrativa do passado idílico e rural da Ameixoeira, comum a habitantes de lugares como a Quinta da Torrinha, as Galinheiras ou a Zona Histórica, que entretanto desapareceu devido à construção dos prédios. Quando se trata de habitantes de áreas mais recentes, como o Sul da Ameixoeira, a narrativa de transformação é de um bairro calmo, sossegado e com boa vizinhança para um lugar com muitos desconhecidos que não são de confiança. Parece transversal à população idosa a representação conflituosa entre o lugar antigo, cheio de sentido de comunidade e de história, e a nova urbanidade, desconhecida, estranha e perigosa. Quando chegamos à vivência do espaço e dos lugares, tudo isto está presente. Os ritmos de sempre performam-se em espaços percebidos como diferentes, o sentido de lugar, de comunidade e de história permanecem e resistem nos habitantes mais antigos entre os novos habitantes, desconhecidos e sem ligação à terra. Há, sem dúvida, se não um conflito, pelo menos um desajuste entre a espacialidade dos idosos e a espacialidade da sociedade da velocidade. Do mesmo modo verifica-se um conflito entre a nootemporalidade dos idosos e a sócio temporalidade vigente.

Os desajustes observados têm implicações visíveis nas práticas quotidianas dos idosos e criam a necessidade de ajustes por parte dos mesmos de forma a coordenar a sua vivência da urbanidade com a vivência dos outros. Os principais constrangimentos tempo-espaço que afetam o dia a dia dos idosos podem ser todos explicados a partir desta tensão entre as espacialidades e as nootemporalidades dos idosos e as espacialidades e sócio temporalidades

dominantes no espaço metropolitano lisboeta. Começando pelos constrangimentos de capacidade, verificou-se que, a par da capacidade física, é o acesso aos transportes que cria variações nas espacialidades dos idosos. Num contexto urbano pensado para a hiper-mobilidade, acesso a transportes motorizados implica acesso a vários serviços, e também a comércio e cultura, que estão dispersos pelo grande labirinto metropolitano. O não acesso a esses transportes implica o não acesso a esses recursos. Isto é agravado pelo facto de a Ameixoeira ser um lugar com uma oferta bastante limitada de serviços, comércio e cultura. Apesar de existirem variações no uso do espaço, no plano geral os idosos têm uma vivência espacial muito local, o que entra em conflito com a lógica da disponibilização de recursos para os cidadãos do contexto urbano em que vivem, que é baseada na conjectura de que os cidadãos têm uma capacidade de mobilidade absoluta.

Os constrangimentos relativos ao reduzido capital cultural dos idosos também estão, em parte, relacionados com conflitos entre a vivência dos idosos e o contexto urbano. Isto porque grande parte da oferta de cultura existente pressupõe um certo tipo de capital cultural, nomeadamente conhecimentos escolares ou académicos. Neste contexto, atividades culturais a que os idosos poderiam aceder mais facilmente, como jogos tradicionais, têm uma oferta reduzida. No que respeita aos constrangimentos de autoridade, é o sentimento de insegurança e de inospitalidade que mais afeta as práticas diárias. Sendo a Ameixoeira um espaço dual que se desenvolveu como consequência da atual fragmentação urbana, o que se verifica neste campo são principalmente conflitos entre diferentes espacialidades. Surgem em simultâneo conflitos entre diferenças geracionais e diferenças territoriais. A divisão Norte-Sul da freguesia alimenta bastante estes sentimentos, fruto do desconhecimento do «outro lado». Ao mesmo tempo, existe nos idosos um sentimento que vivem em ritmos diferentes dos mais jovens, e isso inquieta-os. Neste aspeto, também as nootemporalidades dos idosos, muito mais lentas e sossegadas do que as dos mais jovens, contrastam com as sócio temporalidades dos diferentes bairros da Ameixoeira. Estas polirritmias urbanas contrastantes alimentam o sentimento de insegurança entre os idosos por se sentirem ameaçados pela voracidade do dia a dia dos mais novos, repleto de violência e velocidade.

Por último, nos constrangimentos de coordenação é ainda mais claro como estes brotam de divergências entre a sua vivência e a urbanidade contemporânea. A indisponibilidade do apoio familiar surge essencialmente devido ao facto de os familiares, geralmente a descendência, estarem vinculados aos ritmos da sociedade da flexibilização e aos seus horários laborais. É comum para um idoso ter que esperar que um filho ou neto tenha tempo para o ajudar em algo, e essa ajuda pode ficar disponível em qualquer período temporal, o que contrasta com a previsibilidade que caracteriza a nootemporalidade dos

idosos. Ao nível da disponibilidade dos serviços, o conflito não é tanto no plano temporal, mas sim espacial. É principalmente a distância entre os sítios em que os serviços se localizam e a Ameixoeira que criam dificuldades em aceder aos mesmos dentro do seu horário de abertura – o que é reflexo da organização espacial da cidade. Já a confluência de atividades é principalmente temporal e é consequência da maior parte das atividades disponíveis para os idosos ter horários bastante semelhantes.

Neste sentido, pode-se concluir que os constrangimentos tempo-espaço identificados surgem essencialmente devido ao contraste entre as espacialidades e as nootemporalidades dos idosos e as espacialidades e as sócio temporalidades dominantes da sociedade do consumo hipermóvel. Ao longo do trabalho empírico empreendido, foi possível observar no discurso dos idosos uma noção, mais clara em uns do que em outros, de que a cidade em que vivem não foi feita para a forma como eles vivem.

Este estudo abre caminhos para o aprofundar do tema do uso do tempo e do espaço por parte dos idosos. Três possibilidades surgem desde já para uma próxima etapa. Em primeiro lugar, as hipóteses verificadas deixam ainda vasto espaço para uma maior pormenorização das dinâmicas em que esses processos ocorrem no caso concreto dos idosos. Cada uma delas tem o potencial para ser desenvolvida com novo material empírico, aperfeiçoado para o aprofundar de cada tema. Por outro lado, a visão que este estudo contém sobre o quotidiano dos idosos e os constrangimentos que estão a afetar aspetos da qualidade de vida permite uma nova fase de investigação concebida para o delinear de estratégias de intervenção para atenuar os constrangimentos existentes e melhorar a qualidade de vida deste segmento da população urbana. Por último, existe também a possibilidade do reaproveitamento da metodologia utilizada em outro caso de estudo para efeitos comparativos – comparação essa que permitiria o adensar e o aprofundar da informação aqui disponibilizada.

## Bibliografia

- ❑ As D (1978) Studies of Time-Use: Problems and Prospects. *Acta Sociologica*, 21 (2): 125-141.
- ❑ Adam B (1990) *Time and social theory*. Polity Press, Cambridge.
- ❑ Adam B (2004) *Time*. Polity Press, Cambridge.
- ❑ Adams J (2001) The Social Consequences of Hypermobility. RSA Lecture. [Acedido em 9 de Maio de 2013].  
<http://john-adams.co.uk/wp-content/uploads/2006/hypermobilityforRSA.pdf>
- ❑ Adams S J, van Eerde W (2012) Polychronicity in modern Madrid: An interview study. *Time & Society*, 21: 175-202.
- ❑ Aliaga C, Winqvist K (2003) *Time use at different stages of life: results from 13 European countries*. Office for Official Publications of the European Communities, Luxemburgo. [Acedido em 13 de Maio de 2013].  
[http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY\\_OFFPUB/KS-CC-03-001/EN/KS-CC-03-001-EN.PDF](http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY_OFFPUB/KS-CC-03-001/EN/KS-CC-03-001-EN.PDF)
- ❑ Alves T (2005) *Geografia dos Serviços: reestruturação produtiva e inovação social*. EPRU nº 60, CEG, Lisboa.
- ❑ Alves T (2010) *Geografia da Noite, Compreender e Repensar os Territórios*. Centro de Estudos Geográficos, Lisboa.
- ❑ Amin A, Thrift N (2002) *Cities: Reimagining the Urban*. Blackwell Publishers, Oxford.
- ❑ Andrade A B (2010) Novas Variáveis Para o Trato do Território na Contemporaneidade. *Finisterra - Revista Portuguesa de Geografia*, XLV (89): 157-170.
- ❑ Andrews G J, Cutchin M, McCracken K, Phillips D R, Wiles J (2007) Geographical Gerontology: The constitution of a discipline. *Social Science & Medicine*, 65: 151-168.
- ❑ Appadurai A (1996) *Modernity at large: cultural dimensions of globalization*. University of Minnesota Press, Londres.
- ❑ Augé M (1992) *Non-Lieux: Introduction À Une Anthropologie De La Surmodernité*. SEUIL, Paris.
- ❑ Baars J (1997) Concepts of Time and Narrative Temporality in the Study of Aging. *Journal of Aging Studies*, 11 (4): 283-295.
- ❑ Baltes P B, Baltes M M (1990) *Successful Ageing*. Cambridge University Press, Cambridge.
- ❑ Barata Salgueiro T (1997) Lisboa, Metrópole Policêntrica e Fragmentada. *Finisterra – Revista Portuguesa de Geografia*, XXXII (63): 179-190.
- ❑ Barata Salgueiro T (1999) Ainda em Torno da Fragmentação do Espaço Urbano. *Inforgéo*, 14: 65-76.
- ❑ Barata Salgueiro T (2002) Espacialidades e Temporalidades nas Áreas Urbanas. In Cachinho H, André I, Medeiros I, Reis J, Malheiros J M, Esteves M H, Marques R J, Claudino S, Barata Salgueiro T (Eds.) *Olhares sobre o Território e a Espacialidade*. Centro de Estudos Geográficos da Universidade de Lisboa, Lisboa.
- ❑ Barreto J (2005) Envelhecimento e qualidade de vida : o desafio actual. *Revista da Faculdade de Letras: Sociologia*, 15: 289-302.
- ❑ Baudrillard J (1970) *A Sociedade de Consumo*. Edições 70, Lisboa.
- ❑ Bauman Z (2000) *Liquid Modernity*. Cambridge University Press, Cambridge.
- ❑ Bauman Z (1998) *Work, Consumerism and the New Poor*. Open University Press, Buckingham.
- ❑ Beck U (1992) *Risk Society: Towards a New Modernity*. Sage, Londres.
- ❑ Belloni C (1998) Tempi Delle Città: Italy's Urban Time Plans and Policies. *Time & Society*, 7 (2): 249-263.

- ❑ Boorman S A (1975) A combinatorial optimization model for transmission of job information through contact networks. *Bell Journal of Economics*, 6: 216-247.
- ❑ Bourdieu P (1986) The forms of capital. In Richardson J (Ed.) *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education*. Greenwood, Nova Iorque: 241-258.
- ❑ Bourdieu P (1990) *The Logic of Practice*. Polity Press, Cambridge.
- ❑ Burda M; Hamermesh D, Weil P (2012) Total work and gender: facts and possible explanations. *Journal of Population Economics*, Online First Articles: 1-23.
- ❑ Cachinho H (2002) Consumactor: da condição do indivíduo na cidade pós-moderna. *Finisterra – Revista Portuguesa de Geografia*, XLI (81): 33-56.
- ❑ Campbell C (2001) The Desire for the New: Its Nature and Social Location as Presented in Theories of Fashion and Modern Consumerism. In Miller D (Ed.) *Consumption – Critical concepts in the social sciences*. Routledge, Londres.
- ❑ Caragea-Hrehorciuc N, Tocan M (2011) European typologies of time use – the social model approach. *Journal of Knowledge Management, Economics and Information Technology*, 6: 1-11.
- ❑ Castells M (1996) *The Information Age. Volume I - Rise of The Network Society*. Blackwell, Oxford.
- ❑ Castells M, Fernández-Ardèvol M, Linchuan Qiu J, Sey A (2007) *Mobile Communication and Society: A Global Perspective*. Massachusetts Institute of Technology, Cambridge.
- ❑ Castells M (2012) *Networks of Outrage and Hope: Social Movements in the Internet Age*. Polity Press, Cambridge.
- ❑ Centro de Estudos de Desenvolvimento Regional e Urbano (2008) Study to Address the Needs of Senior People in Portugal. [Acedido em 15 de Maio de 2013]  
[http://www.akdn.org/publications/2008\\_portugal\\_seniors\\_%20study.pdf](http://www.akdn.org/publications/2008_portugal_seniors_%20study.pdf)
- ❑ Centro de Estudos Geográficos (2006) *Ameixoeira – análise da situação de partida*. K'CIDADE, Lisboa.
- ❑ Crang M (2001) Rhythms of the city: temporalised space and motion. In May J, Thrift N (Eds.) *Timespace – Geographies of Temporality*, Routledge, Londres: 187-207.
- ❑ Crang M (2007) Speed=Distance/Time: Cronotopographies of Action. In Hassan R, Purser R, (Eds.) *24/7 – Time and Temporality in the Network Society*. Stanford Business Books, Stanford: 62-88.
- ❑ Cyrino R (2009) Trabalho, temporalidade e representações sociais de gênero: uma análise da articulação entre trabalho doméstico e assalariado, *Sociologias*, 21 (jan./jun): 66-92
- ❑ David P A (2007) Path Dependence - A Foundational Concept for Historical Social Science. *Cliometrica — The Journal of Historical Economics and Econometric History*, 1 (2): 91-114.
- ❑ Dayan J-L (2001) Temps de travail et temps de vie: quelques évolutions récentes In CERTU (Ed.) *Les temps de la ville et les modes de vie - quelles perspectives d'actions ?*. Débats, Paris.
- ❑ Débord G (2003 [1967]) A Sociedade do Espetáculo. (Acedido em 8 de Maio de 2013).  
<http://www.ebooksbrasil.org/adobeebook/socespetaculo.pdf>
- ❑ de Certeau M (1984) *The Practice of Everyday Life*. University of California Press, Londres.
- ❑ de Chalendar J(1973) *La Planificacion del Tiempo*. Instituto de Estudios de Administracion Local, Madrid.
- ❑ Dommergues P, Delfour C (2003) *Conciliation Policies in France*. Afet Editions, Paris.
- ❑ Edensor T (2010), *Geographies of Rhythm - Nature, Place, Mobilities and Bodies*. Ashgate, Surrey.
- ❑ Eisenschitz A (2010) Neo-liberalism and the future of place marketing. *Place Branding and Public Diplomacy*, 6: 79–86.
- ❑ Elder G H (1975) Age Differentiation and the Life Course. *Annual Review of Sociology*, 1: 165-190.
- ❑ Elder G H, Rockwell R C (1979) The Life-course Approach and Human Development: An ecological perspective. *International Journal of Behavioral Development*, 2: 1-21

- ❑ Elder G H (1994) Time, human agency and social change. Perspectives on the life course. *Social Psychology Quarterly*, 57 (1): 4-15.
- ❑ Elder G; O'Rand A (1995) Adults Lives in a Changing Society. In Cook K, Fine G, House J (Eds.) *Sociological Perspectives on Social Psychology*. Ally & Bacon, Boston: 452-475
- ❑ Elder G H (1997) The life course and human development. In Lerner R M (ed.) *Handbook of Book of Child Psychology, Vol. 1: Theoretical Models of Human Development*. John Wiley & Sons, Nova Iorque.
- ❑ Elder G H, Johnson, M K (2001) Life course and aging. Challenges, lessons and new directions. In Settersten R A (Ed.) *Invitation to the Life course. Toward New Understandings of Later Life*. Baywood Publishing Company, Nova Iorque.
- ❑ Eliade M (1993 [1949]) *O mito do eterno retorno : arquétipos e repetição*. Edições 70, Lisboa.
- ❑ Erren T C, Reiter R J, Piekarski C (2003) Light, timing of biological rhythms, and chronodisruption in man. *Naturwissenschaften*, 90: 485-494.
- ❑ Erren TC, Reiter R J (2009) Defining chronodisruption. *Journal of Pineal Research*, 46 (3): 245-247.
- ❑ Escallier R (2006) Les frontières dans la ville, entre pratiques et representations. *Cahiers de la Méditerranée*, vol. 73. [Acedido em 9 de Maio de 2013].  
<http://cdlm.revues.org/1473?&id=1473#quotation>
- ❑ Espinasse C, Buhagiar P (2004) *Les passagers de la nuit. Vie nocturne des jeunes*. Editions L'Harmattan, Paris.
- ❑ Espírito Santo E (1997) *Ameixoeira, Um Núcleo Histórico*. Edição do Autor, Lisboa.
- ❑ Fadda G, Cortés A, Olivi A, Tovar M (2010) The perception of the values of urban space by senior citizens of Valparaíso. *Journal of Aging Studies*, 24: 344-357.
- ❑ Fernandes A A (2008) *Questões Demográficas – Demografia e Sociologia da População*. Edições Colibri, Lisboa.
- ❑ Fernández-Ballesteros R (2002) Social support and quality of life among older people in Spain. *Journal of Social Issues*, 58: 645-659.
- ❑ Ferreira C (2002) A Revolução Grisalha: ciclo de vida, ciclo produtivo e lazeres de pós-actividade. In Cavaco C (coord.) *Repensar Portugal na Europa. Perspectivas de um país periférico*. Estudos para o Planeamento Regional e Urbano, Nº55. Centro de Estudos Geográficos, Lisboa: 206-216.
- ❑ Fortuna C (2009) Cidade e Urbanidade. In Fortuna C; Leite R (Orgs.) *Plural de Cidade: Novos Léxicos Urbanos*. Almedina, Coimbra: 83-97.
- ❑ Fraser J T (1975) *Of time, passion, and knowledge*. Braziller. Nova Iorque.
- ❑ Fraser J T (1978) *Time as conflict: A scientific and humanistic study*. Birkhaeuser, Basel.
- ❑ Fraser J T (1981) Temporal levels and reality testing. *International Journal of Psycho-Analysis*, 62: 3-26.
- ❑ Fraser J T (1982) *The genesis and evolution of time: A critique of interpretation in physics*. University of Massachusetts Press, Amherst.
- ❑ Fraser J T (1999) *Time, Conflict, and Human Values*. University of Illinois.
- ❑ Friedmann J (1986) The world city hypothesis. *Development and change*, 17: 69-84.
- ❑ Gehl J (2010) *Cities for People*. Island Press, Washington DC.
- ❑ Gwiazdzinski L (2007) *Nuits d'Europe, pour des villes accessibles et hospitalières*. Chantiers, Belfort.
- ❑ Hagerstränd T (1970) What About People In Regional Science?. *Papers of the Regional Science Association*, 24: 1-12.
- ❑ Garreau J (1991) *Edge City: Life on the New Frontier*. Anchor Books, Nova Iorque
- ❑ Gauthier A, Smeeding T (2003) Time Use at Older Ages: Cross-National Differences. *Research on Aging*, 25 (3): 247-274.
- ❑ Ger G (2005) Warming: Making the New Familiar and Moral. *Ethnologia Europea: Journal of European Ethnology*, 35 (1-2): 19-22.

- ❑ Ghez G R, Becker G S (1975) *The Allocation of Time and Goods over the Life Cycle*. Columbia University Press, Nova Iorque.
- ❑ Giannakouris K (2008) Ageing Characterises the Demographic Perspectives of the European Societies. Eurostat. Statistics in focus. [Acedido a 13 de Maio de 2013]  
[http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY\\_OFFPUB/KS-SF-08-072/EN/KS-SF-08-072-EN.PDF](http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY_OFFPUB/KS-SF-08-072/EN/KS-SF-08-072-EN.PDF)
- ❑ Giddens A (1991) *Modernity and Self-identity – Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford University Press, Stanford.
- ❑ Hall E T (1990) *Understanding Cultural Differences*. Intercultural Press, Londres.
- ❑ Hantrais L (2003) Changing Gender Relations. In Dommergues P, Delfour C (Eds.) *Conciliation Policies in France*. Afet Editions, Paris:59-74.
- ❑ Harper S, Laws G (1995) Rethinking the geography of ageing. *Progress in Human Geography*, 19: 199–221.
- ❑ Harvey D (1990) *The Condition of Postmodernity: An Enquiry into the Origins of Cultural Change*. Blackwell, Oxford.
- ❑ Harvey D (2012) *Rebel Cities: from right to the city to the urban revolution*. Verso, Londres.
- ❑ Havighurst R (1961) Successful Aging. *The Gerontologist*, 7: 4-7.
- ❑ Heidegger M (2008 [1927]), *Being and Time*. Harper & Row, Nova Iorque.
- ❑ Held D, McGrew A, Goldblatt D, Perraton J (1999) *Global Transformations: Politics, Economics and Culture*. Stanford University Press, Stanford
- ❑ Hervé E (2001) *Temps des Villes*. [Acedido em 9 de Maio de 2013].  
<http://www.ladocumentationfrancaise.fr/var/storage/rapports-publics/014000520/0000.pdf>
- ❑ Husserl E (1991 [1893-1917]) *On the Phenomenology of the Consciousness of Internal Time (1893-1917)*. Kluwer Academic Publishers, Londres.
- ❑ Jameson F (1991) *Postmodernism or The Cultural Logic of Late Capitalism*. Duke University Press.
- ❑ Kärrholm M (2009) To the rhythm of shopping—on synchronisation in urban landscapes of consumption. *Social & Cultural Geography*, 10 (4): 421 — 440.
- ❑ Keck W, Agnes B (2008) Is there a generational cleavage in Europe? Age-specific perceptions of elderly care and of the pension system. In Alber J, Fahey T, Saraceno C (Eds.) *Handbook of quality of life in the enlarged European Union*. Routledge, Londres: 73-99.
- ❑ Kullman K, Palludan C (2011) Rhythmanalytical sketches: agencies, school journeys, temporalities. *Children's Geographies*, 9 (3-4): 347-359.
- ❑ Larson R (1978) Thirty Years Of Research On The Subjective Well-Being Of Older Americans. *Journal of Gerontology*, 33 (1): 109-125.
- ❑ Lash S, Urry J (1994) *Economies of Signs and Space*. Sage, Londres.
- ❑ Lefébvre H (2009 [1971]) *The Production of Space*. Blackwell, Oxford.
- ❑ Lefébvre H (2004) *Rhythmanalysis: Space, Time and Everyday Life*. Continuum, Londres.
- ❑ Linder S B (1970) *The Harried Leisure Class*. Columbia University Press, Nova Iorque.
- ❑ Lingsom S (1991) Age and Behaviour: A Cross-National Comparison of Contemporary Changes. In O'Conghaile W, Köhler E (Eds.) *The Changing Use Of Time: Report from an International Workshop*. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, Dublin.
- ❑ Lipovetsky G, Charles S (2004) *Les temps hypermodernes*. Grasset & Fasquelle, Paris.
- ❑ Lipovetsky G (2006) *A Felicidade Paradoxal – Ensaio sobre a Sociedade do Hiperconsumo*. Edições 70, Lisboa.
- ❑ Lopes M, Coelho E (2002) Diferenças e Semelhanças entre o Uso do Tempo das Crianças e dos Adultos em Portugal. International Association of Time Use Researchers Conference, Lisboa. [Acedido em 10 de Maio de 2013]  
[http://www.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=107134&att\\_display=n&att\\_download=y](http://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=107134&att_display=n&att_download=y)



- ❑ Ma K, Kang E (2011) Time–space convergence and urban decentralisation. *Journal of Transport Geography*, 19: 606–614.
- ❑ Mareggi M (2002) Innovation in urban policy: the experience of Italian urban time policies. *Planning theory and practice*, 3 (2): 173-194.
- ❑ Marques S (2011) *Discriminação da Terceira Idade*. Fundação Francisco Manuel dos Santos, Lisboa.
- ❑ Marshall V W, Mueller M M (2002) Rethinking Social Policy for an Aging Workforce and Society. Insights from the Life Course Perspective. Canadian Policy Research Networks Discussion Paper, No. 18, Ottawa. [Acedido em 9 de Maio de 2013]  
[http://www.cprn.org/documents/11849\\_en.PDF](http://www.cprn.org/documents/11849_en.PDF)
- ❑ Massey D (1994) *Space, place and gender*. Polity Press, Cambridge.
- ❑ Matos F (2011) *Pensando a resiliência e a sustentabilidade das cidades: experiências na iniciativa de transição em Telheiras*. Relatório de estágio de mestrado, Universidade de Lisboa, Lisboa.
- ❑ McCormack D P (2002) A paper with an interest in rhythm. *Geoforum*, 33: 469–485.
- ❑ Miller D (1995) *Acknowledging Consumption*. Routledge, Londres.
- ❑ Morse M (1990) An Ontology of Everyday Distraction: The Freeway, the Mall, and Television. In Mellencamp P (Ed.) *Logics of Television: Essays in Cultural Criticism*. Indiana University Press, Londres: 193-221.
- ❑ Mückenberger U (2011) Local time policies in Europe. *Time & Society*, 20 (2): 241-273.
- ❑ Naegele G, Barkholdt C, de Vroom B, Goul Andersen J, Krämer K (2003) *A New Organisation of Time Over Working Life*. Office for Official Publications of the European Communities, Luxemburgo.
- ❑ Omran A (1971) The Epidemiological Transition: a theory of the epidemiologic of the population change. *The Milbank Memorial Fund Quarterly*, 49 (4): 509-538.
- ❑ Page S E (2006) Path Dependence. *Quarterly Journal of Political Science*, 1: 87–115
- ❑ Painter J (2010) Rethinking Territory. *Antipode*, 42 (5): 1090-1118.
- ❑ Pais J M (2010) O "Corre-corre" Cotidiano no Modo de Vida Urbano. *Revista Tomo*, 16: 131-156.
- ❑ Parent-Thirion A, Macías E, Hurley J, Vermeylen 2007) *Fourth European Working Conditions Survey*. Office for Official Publications of the European Communities, Luxemburgo.
- ❑ Parr J B (2005) Perspectives on the city-region. *Regional Studies*, 39: 555-566.
- ❑ Paúl C, Fonseca A M, Cruz F, Cerejo A (2001) EXCELSA - Estudo Piloto Sobre Envelhecimento Humano em Portugal. *Psicologia - Teoria, Investigação e Prática*, 2: 415-426.
- ❑ Paúl C (2005) Envelhecimento activo e redes de suporte social. *Revista da Faculdade de Letras: Sociologia*, 15: 275-286.
- ❑ Poirier J (1998) *História dos Costumes: Volume I – O Tempo, O Espaço e os Ritmos*. Editorial Estampa, Lisboa.
- ❑ Pred A (1977) The Choreography of Existence: Comments on Hägerstrand's Time-Geography and Its Usefulness. *Economic Geography*, 53 (2): 207-221.
- ❑ Préel B (2001) Les Temps et le Modes de Vie – Sept Tendances. In CERTU (Ed.) *Les temps de la ville et les modes de vie - quelles perspectives d'actions ?*. Débats, Paris.
- ❑ Reiter R J, Rosales-Corral S, Coto-Montes A, Boga J A, Tan D X, Davis J M, Konturek P C, Konturek S J, Brzozowski T (2011) The photoperiod, circadian regulation and chronodisruption: the requisite interplay between the suprachiasmatic nuclei and the pineal and gut melatonin. *Journal of Physiological Pharmacology*, 62 (3): 269-74.
- ❑ Relph E (1976) *Place and Placelessness*. Pion, Londres.
- ❑ Ricouer P (1984) *Time and Narrative* (3 Vols.). The University of Chicago: Chicago.
- ❑ Riley M W (1979) *Aging from Birth to Death*. Westview Press, Boulder.

- ❑ Risser R, Haindl G, Stahl A (2010) Barriers to senior citizens' outdoor mobility in Europe. *European Journal of Ageing*, 7: 69-80.
- ❑ Rosa H, Scheuerman W E (2009) *High Speed Society*. Pennsylvania State University Press, University Park.
- ❑ Rowe J, Kahn R (1998) *Successful Ageing*. Pantheon, Nova Iorque.
- ❑ Rowles G D (1978) *Prisoners Of Space? Exploring the Geographical Experience of Older People*. Westview Press, Boulder.
- ❑ Rowles G D (1986) The geography of ageing and the aged: Toward an integrated perspective. *Progress in Human Geography*, 10 (4): 511-539.
- ❑ Santos M (1996) *A Natureza do Espaço. Técnica e Tempo. Razão e Emoção*. Editora da Universidade de São Paulo. São Paulo.
- ❑ Sassen S (1991) *The global city : New York, London, Tokyo*. Princeton University Press, Nova Jérícia.
- ❑ Seamon D (1980) Body-subject, time-space routines, and place-ballets. In Buttner A, Seamon D (Eds.) *The Human Experience of Space and Place*. Croom Helm, Londres.
- ❑ Sénécal G (2007) Urban Environment: Mapping a Concept - Introductory Note. *Environnement Urbain/Urban Environment*, vol. I: IV-V.
- ❑ Shaw J (2001) "Winning Territory": Changing Place to Change Pace. In May J, Thrift N (Eds.) *Timespace – Geographies of Temporality*, Routledge, Londres: 120-132.
- ❑ Schafer A (2000) Regularities in travel demand: an international perspective. *Journal of Transportation Statistics*, 3 (3): 1–31.
- ❑ Scharpf F W, (1997) *Games Real Actors Play. Actor-Centred Institutionalism in Policy Research*. Westview Press, Boulder.
- ❑ Schroots J, Birren J (1980) A Psychological Point of View Toward Human Aging and Adaptability. *Adaptability and Aging, Proceedings of the 9th International Conference of Social Gerontology*: 43-54.
- ❑ Seixas J (2001) *Diagnóstico sócio-urbanístico da cidade de Lisboa : uma perspectiva censitária*. Câmara Municipal de Lisboa, Lisboa.
- ❑ Shove E, Trentmann F, Wilk R (2009) *Time, Consumption and Everyday Life: Practice, Materiality and Culture*. Berg, Oxford.
- ❑ Shumway-Cook A, Patla A, Stewart A, Ferrucci L, Ciol M, Guralnik J (2002) Environmental demands associated with community mobility in older adults with and without mobility disabilities. *Physical Therapy*, 82: 670–681.
- ❑ Simpson P (2008) Chronic everyday life: rhythm-analysing street performance. *Social & Cultural Geography*, 9 (7): 807-829.
- ❑ Soja E (1989) *Postmodern geographies: the reassertion of space in critical social theory*. Verso, Londres.
- ❑ Soja E (1996) *Thirdspace: journeys to Los Angeles and other real-and-imagined places*. Blackwell, Oxford.
- ❑ Southerton D (2003) Squeezing Time?: allocating practices, co-ordinating networks and scheduling society. *Time & Society*, 12(1): 5-25.
- ❑ Southerton D (2009) Re-ordering Temporal Rhythms: Coordinating Daily Practices in the UK in 1937 and 2000. In Shove E, Trentmann F, Wilk R (Eds.) *Time, Consumption and Everyday Life: Practice, Materiality and Culture*. Berg, Oxford: 49-63.
- ❑ Swyngedouw E (2004) Globalisation or 'Glocalisation'? Networks, Territories and Rescaling. *Cambridge Review of International Affairs*, 17 (1): 25-48.
- ❑ Teixeira Fernandes A (2005) Processos e Estratégias de Envelhecimento, *Revista da Faculdade de Letras: Sociologia*, 15: 223-247.
- ❑ Timmermans H, van der Waerden P, Alves M, Polak J, Ellis S, Harvey A, Kurose S, Zandee R (2002) Time Allocation in Urban and Transport Settings: An International, Inter-Urban Perspective. *Transport Policy*, 9: 79-93.
- ❑ Tiwari R (2008) Being a Rhythm Analyst in the City of Varanasi. *Urban Forum*, 19: 289–306.

- ❑ Torres A, Brites R, Hass B, Steiber N (2007): *First European Quality of Life Survey: Time Use And Work-Life Options Over The Life Course*, Office for Official Publications of the European Communities, Luxemburgo.
- ❑ Touraine A (1992) *Crítica da Modernidade*. Instituto Piaget, Lisboa.
- ❑ Tuan Y (1974) *Topophilia: a study of environmental perception, attitudes and values*. Prentice-Hall, Nova Jérsea.
- ❑ Tuan Y (1977) *Space and Place: The Perspective of Experience*. University of Minnesota Press, Londres.
- ❑ Tuan Y (1991) Language and the Making of Place: A Narrative-Descriptive Approach. *Annals of the Association of American Geographers*, 81 (4): 684-696.
- ❑ United Nations (1983) Vienna International Plan of Action on Aging. Nova Iorque. [Acedido em 10 de Maio de 2013]  
<http://www.un.org/es/globalissues/ageing/docs/vipaa.pdf>
- ❑ Urry J, Sheller M (2002) The City and the Car. In Miles M, Hall T, Borden I (Eds.) *The City Cultures Reader.*, Routledge, Londres.
- ❑ van Kempen E (1994) The Dual City And The Poor: Social Polarization , Social Segregation And Life Chances. *Urban Studies*, 31 (7): 995-1015.
- ❑ Vannini P (2012) In time, out of time: Rhythmanalyzing ferry mobilities, *Time & Society*, 21 (2): 241-269.
- ❑ Vergunst J (2010) Rhythms of Walking: History and Presence in a City Street, *Space and Culture*, 13: 376-387.
- ❑ Virilio P (1997) *Open Sky*. Verso, Londres.
- ❑ Walker A (2002) A Strategy For Active Ageing. *International Social Security Review*, 55: 121-139.
- ❑ Warnes A M (1990) Geographical questions in gerontology: Needed directions for research. *Progress in Human Geography*, 14: 24–56.
- ❑ Wennberg H, Stahl A, Hyde C (2009) Older pedestrians' perceptions of the outdoor environment in a year-round perspective. *European Journal of Ageing*, 6: 277–290.
- ❑ Wilken R (2005) From Stabilitas Loci to Mobilitas Loci: Networked Mobility and the Transformation of Place, *Fiberculture Journal*, 6. [Acedido em 9 de Maio de 2013].  
<http://six.fibreculturejournal.org/fcj-036-from-stabilitas-loci-to-mobilitas-loci-networked-mobility-and-the-transformation-of-place/>
- ❑ Wilson, C (2006) The Century Ahead. *Daedalus*, 135 (1): 5-8.
- ❑ World Health Organization (2002) Active Ageing: A Policy Framework. [Acedido em 10 de Maio de 2013]  
[http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO\\_NMH\\_NPH\\_02.8.pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf)
- ❑ World Health Organization (2007) Global Age-friendly Cities: A Guide. [Acedido em 10 de Maio de 2013]  
[http://www.who.int/ageing/publications/Global\\_age\\_friendly\\_cities\\_Guide\\_English.pdf](http://www.who.int/ageing/publications/Global_age_friendly_cities_Guide_English.pdf)
- ❑ Wrigley N, Lowe M (2002) Reading Retail: A Geographical Perspective on Retailing and Consumption Spaces. Arnold, Londres.
- ❑ Wunderlich F M (2008) Walking and Rhythmicity: Sensing Urban Space, *Journal of Urban Design*, 13 (1): 125-139.
- ❑ Zahavi Y (1974) *Travel Time Budgets and Mobility in Urban Areas*. Report Prepared for the US Department of Transportation, Washington DC.
- ❑ Zerubavel E (1985) *The Seven Day Circle: The History and Meaning Of The Week*. University of Chicago Press, Chicago.

## Dados Consultados

INE, Censos 2001

INE, Censos 2011

## **ANEXO I**

### **Guião de Entrevista**

## **Guião de Entrevista**

I

1. Há quanto tempo vive aqui?
2. Porque vive aqui?
3. Como descreve o bairro?
4. Como tem mudado o bairro?
5. Que lugares costuma visitar no dia a dia? Lugares que conhece?
6. Porquê esses lugares?
7. O que gosta mais e o que gosta menos no bairro?

II

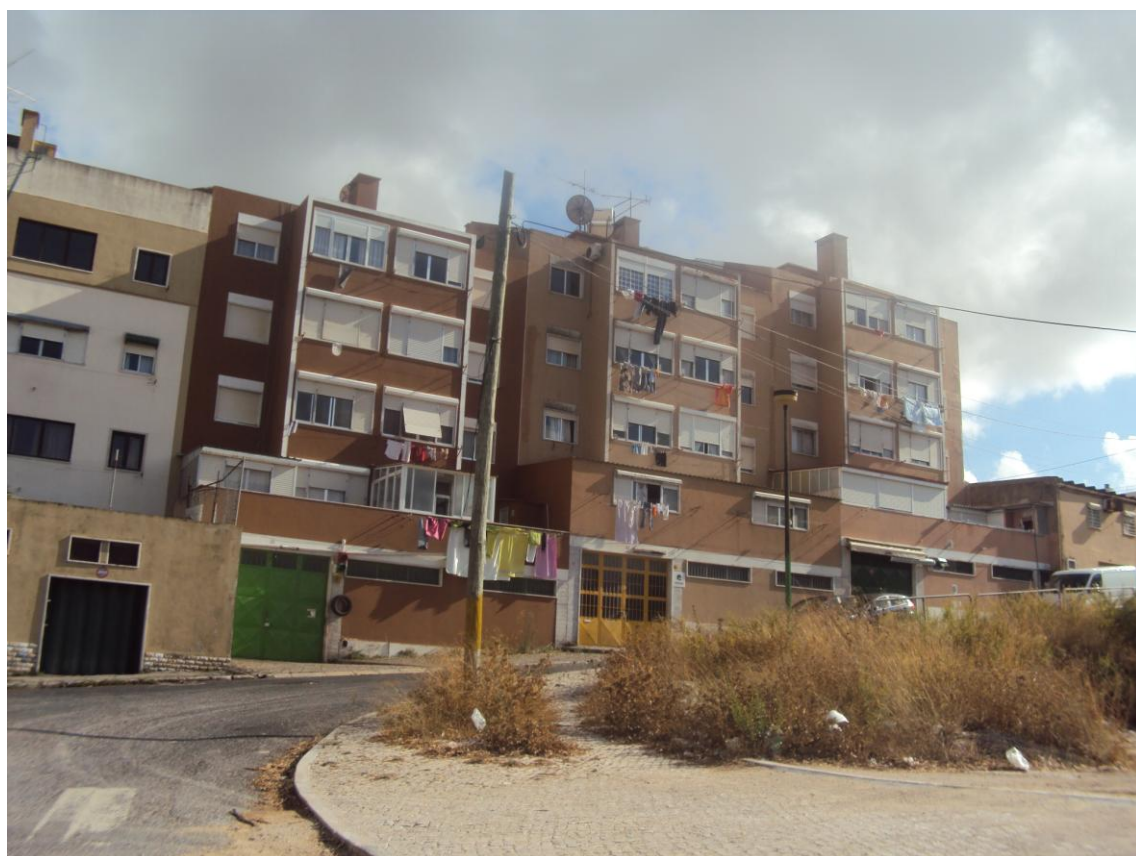
8. Sente-se satisfeito com as actividades que realiza no dia a dia?
9. Quais são as actividades que tem mais dificuldade em realizar?
10. O que cria dificuldades em realizá-las?
11. Que actividades gostava de realizar mas não tem possibilidade?
12. Por que razão não as realiza?
13. O que acha das opções que tem para usar o seu tempo?
14. Com quem costuma estar?
15. As actividades do dia a dia mudaram nos últimos 20 anos?
16. O que precisava que o bairro tivesse?

## **ANEXO II**

### Fotografias da Ameixoeira

## Fotografia 1

Rua Grafanil



O bairro das Galinheiras está dividido entre a freguesia da Ameixoeira e da Charneca. Os idosos deste lugar sem um forte apego e carinho pelo seu bairro, elogiando o seu espírito comunitário.



## Fotografia 2

Azinhaga da Torrinha



As ruas da Quinta da Torrinha são sinuosas e labirínticas, típico numa malha urbana de génese orgânica. Por ser um bairro não planeado, existe uma grande diversidade de tipos de edificado.

### Fotografia 3

Azinhaga da Torrinha



A Azinhaga da Torrinha – a principal ligação dentro da Quinta da Torrinha – tem uma grande diversidade morfológica, sendo mais estreita em algumas partes e mais largas noutras, e tendo edifícios só com o andar térreo em algumas secções e construções até três andares noutras.

#### Fotografia 4

Rua António Botto



O bairro Alto do Chapeleiro é constituído por várias vivendas com pequenos jardins em algumas ruas paralelas. É um espaço urbano isolado, estando ligado ao resto da freguesia apenas por duas vias.

## Fotografia 5

Rua do Alto do Chapeleiro



O espaço público no bairro Alto do Chapeleiro não é utilizado nem cuidado. Os espaços comuns estão ao abandono e não existem lugares onde a população se possa congregar.



## Fotografia 6

Rua Fernando Cabral



Esta é uma rua que se situa na parte sul da Ameixoeira, em proximidade com a Zona Histórica. Faz parte de um empreendimento imobiliário recente, como o espelha o estado do edificado e as árvores de copa reduzida. No centro deste empreendimento situa-se um supermercado ao qual os idosos da Zona Histórica da Ameixoeira recorrem com frequência.

## Fotografia 7

Pátio junto à Rua Alberto Barbosa



Nesta fotografia pode-se ver o supermercado que se situa na área Sul da Ameixoeira, próximo da Zona Histórica. Situa-se num pátio interior cercado de edifícios que está quase sempre vazio de pessoas e é meramente um sítio de passagem.

## Fotografia 8

Rua Engenheiro Quartim Graça



Esta é a rua com mais comércio e serviços da Ameixoeira. Situa-se junto à Estrada do Desvio que faz a ligação do interior da freguesia do Lumiar à Calçada de Carriche que liga ao exterior da cidade. É uma rua inclinada e com passeios estreitos, o que cria algumas dificuldades aos idosos, fazendo abrandar o seu passo.



### Fotografia 9

Alameda António Sérgio

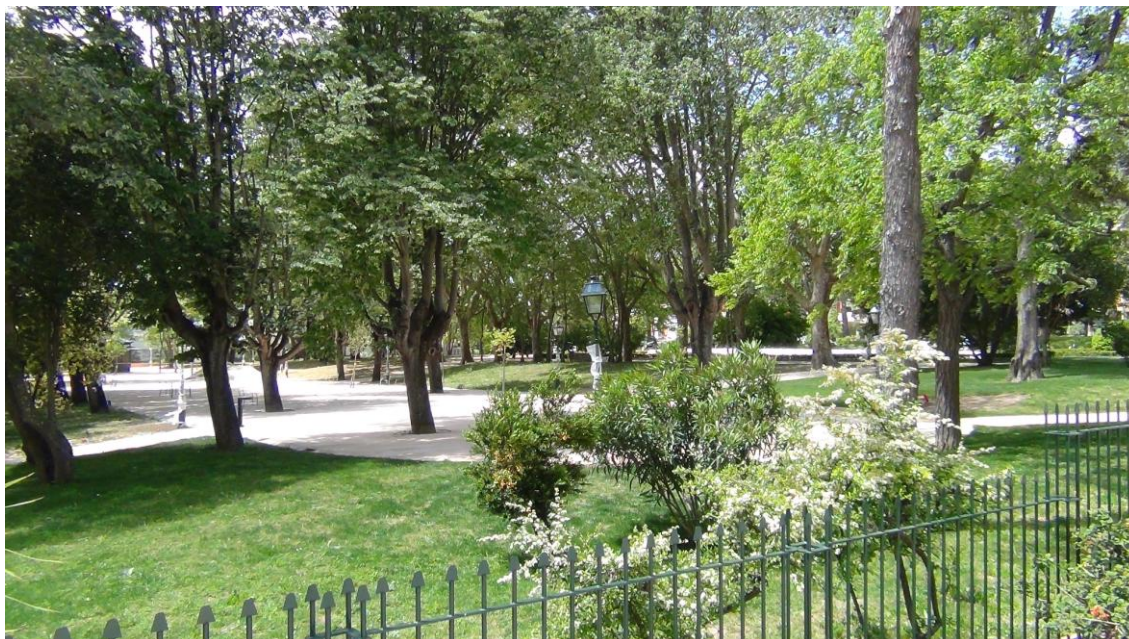


Ainda na área Sul da Ameixoeira, a Alameda António Sérgio tem alguns estabelecimentos importantes, como uma farmácia e um mini-mercado. Nela se situa também um pequeno largo onde muitos idosos se dirigem para socializar, ler os jornais ou jogar às cartas com amigos. A alta densidade de estacionamento de carros é um obstáculo.



### **Fotografia 10**

Jardim da Ameixoeira



De momento em obras de reabilitação, o Jardim da Ameixoeira é um espaço do qual os idosos da Ameixoeira se orgulham e do qual sentem falta.

### **Fotografia 11**

Alameda António Sérgio



A sombra das árvores durante a tarde e a proximidade ao Jardim da Ameixoeira, neste período encerrado, convida à ocupação deste espaço pelos idosos para atividades de socialização.

## Fotografia 12

Rua Cidade de Tomar



O bairro Quinta das Lavadeiras caracteriza-se pelas construções em altura e pelo isolamento face ao resto das urbanizações da Ameixoeira.



### Fotografia 13

Rua Quinta das Lavadeiras



O bairro Quinta das Lavadeiras é essencialmente pensado para o carro e por esse motivo existe uma grande densidade de estacionamento de veículos nas suas ruas. O espaço público está geralmente deserto.

### Fotografia 14

Rua do Alto do Chapeleiro



Esta fotografia foi tirada na parte norte da Rua do Alto do Chapeleiro e incide sobre a paisagem da Quinta da Torrinha e dos edifícios do PER. Em primeiro plano, após os espaços verdes, surge um conjunto de edifícios do PER. Em segundo plano, distingue-se claramente a organicidade multicolor do edificado do bairro de génese ilegal Quinta da Torrinha. Ao fundo, mais uma fila de edifícios do PER.

### Fotografia 15

Rua do Alto do Chapeleiro



Nas traseiras dos edifícios da Rua Arnaldo Assis Pacheco, encontram-se vários equipamentos de lazer: bancos e mesas, um parque infantil, um pequeno anfiteatro e locais para churrasco. No entanto, no dia a dia verifica-se pouca apropriação deste espaço público. Nos conjuntos urbanos edificados no âmbito do PER, a apropriação do espaço público ocorre principalmente junto à entrada dos prédios.

## Fotografia 16

Travessa Santo António



Na zona histórica da Ameixoeira existem vários edifícios em estado de degradação avançada.



### Fotografia 17

Travessa de Santo André



Alguns edifícios da zona histórica foram recuperados no âmbito do Programa de Reabilitação dos Núcleos Históricos de Lisboa, como esta igreja.



### Fotografia 18

Azinhaga das Galinheiras



A Quinta da Mourisca é um pequeno bairro de génese ilegal que se encontra junto à zona histórica da Ameixoeira. As ruas são orgânicas e não existe distinção entre espaço para carros e pessoas.

### Fotografia 19

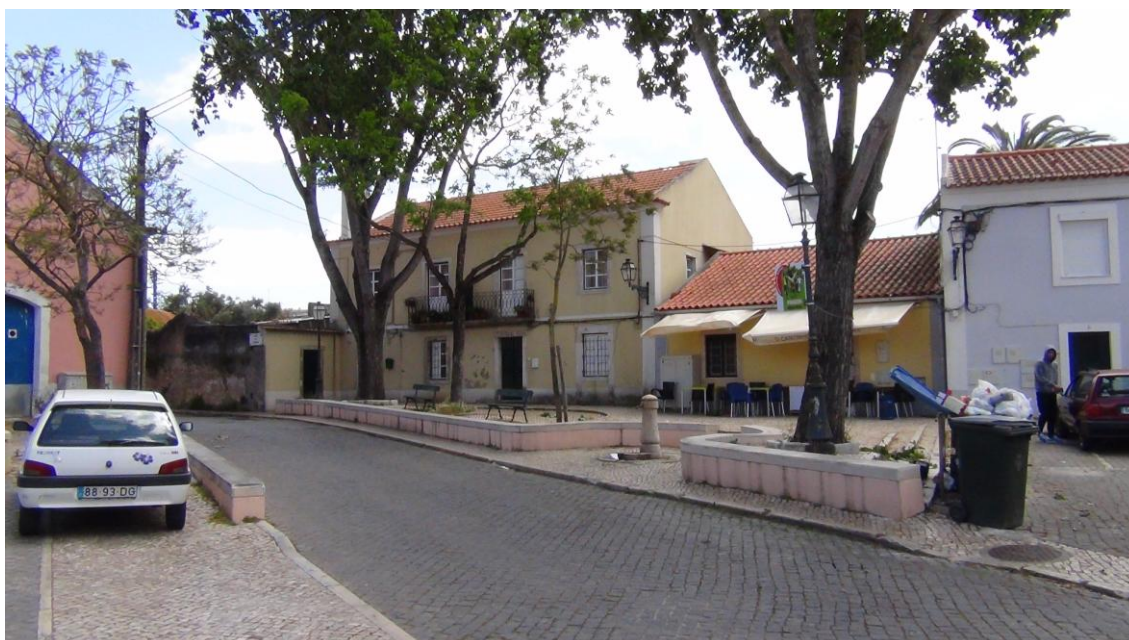
Calçada do Forte da Ameixoeira



No bairro Quinta da Mourisca, a Calçada do Forte da Ameixoeira é uma rua interior com pouco movimento, e um dos sítios mais silenciosos da freguesia.

## Fotografia 20

Largo do Terreiro



Situado na zona histórica da Ameixoeira, o Largo do Terreiro é um espaço público onde se vêem muitas pessoas, em particular idosos. Existem aí dois cafés, um de cada lado da rua. Na fotografia pode-se ver a esplanada de um deles. Existem também alguns bancos à sombra das árvores e uma mesa com sombra criada por um toldo onde idosos, geralmente do género masculino, se juntam para socializar e jogar às cartas.